

Hilde Guddingsmo

”Det rette element”

**Om teater som katalysator for personlig vekst,
fra fremmedfølelse til integrasjon.**

”Og i stor grad så har jeg det bedre generelt sett nå i livet – altså mye takket være at jeg har holdt på med teater og scenekunst” (Martin).

Masteroppgave i pedagogikk
med fordypning rådgivning

Trondheim, vår 2011

Veileder Eleanor Allgood

Pedagogisk institutt
Fakultet for samfunnsvitenskap og teknologiledelse, NTNU

Sammendrag

Hensikten med denne studien var å få innsikt i teaterets evne til å være en katalysator for personlig vekst hos mennesket. Gjennom et personlig engasjement for teater som verktøy innenfor rådgivningsfaget, ble målsettingen for studien å utarbeide en praktisk orientert teori med overføringsverdi til liknende arbeidssettinger. Jeg gjennomførte en fenomenologisk studie hvor jeg intervjuet tre informanter som hadde hatt godt utbytte av å delta i et teaterprosjekt mens de var pasienter ved en psykiatrisk institusjon, og med det hadde opplevd en positiv sammenheng mellom å involvere seg i teaterarbeid og egen vekst. Igjennom intervjuene beskrev de sin opplevelse av fenomenet, som i transkribert form dannet datagrunnlaget for studien. Informantenes unike historier ble i analyseprosessen sett under ett, der en syklisk interaktiv prosess mellom koding, kategorisering og analyse i lys av teori avdekket tre hovedfunn i materialet. Gjennom teaterarbeidet hadde informantene opplevd vekst i form av sterkere kjennskap til eget selv og forbedret tilknytning til omgivelsene. Veksten var på den ene siden knyttet opp mot teaterarbeidets muligheter for skaping og dramatisk innlevelse, der fravær av dagliglivets normsett medførte muligheter for gjenoppdagelse, utvikling og aksept av autentiske sider ved selvet. Publikumskontakten i sceneframføringene førte samtidig med seg forsterket deltakelse i fellesskapet for individet.

Abstract

The purpose of this study was to gain insight into the theatre's ability to become a catalyzer for growth in humans. Through my personal commitment to theatre as a tool in the counselling profession, the objective of the study became to develop a practically oriented theory of transfer value to similar worksettings. I conducted a phenomenological study in which I interviewed three informants that had benefited from participating in a theatrical project while being patients at a psychiatric institution, and had experienced the positive correlation between theatrical work and growth. Through the interviews they described their experience of the phenomenon. These I transcribed and that formed the basis of the study. The unique stories of the informants was seen as a whole within the process of analysis, where a cyclic interactive process between discovering codes, categories and analysis in light of theory revealed three main findings in the material. Through the theatrical work the informants had experienced growth in terms of greater awareness of their own self, and improved contact with their environment. On one side the growth was connected to the theatre's opportunities for creating and for dramatic empathy, where the absence of everyday norms led to opportunities of rediscovery, development and accept of authentic aspects of the self. At the same time the contact with the audience in the stage performances did lead to increased participation in the community for the individual.

Forord

Jeg har alltid vært tiltrukket av teateret: av melodramaet og de sterke følelsene, ekspressiviteten, spillegleden, kraften i en punchline, opplevelsen av at alt virkelig stemmer mellom scenen og publikum, og mest av alt – hvordan teateret på en helt særegen måte har fått meg til å føle meg som et levende menneske. Til tider har jeg også hatet teateret, fordi jeg har opplevd det som en virkelighetsfjern, falsk ”kunstnersfære” bygd opp omkring individuell konkurranse, selvutslettelse og forsakelse. Kunststarten er en ambivalent del av min identitet, og samtidig en tydelig del av min egen fagutøvelse som rådgiver og pedagog. Jeg anser trefningen mellom de to fagområdene for å være svært spennende.

Arbeidsprosessen med denne oppgaven har vært preget av å måtte bruke tid, både på å finne bakgrunn for de rikt sammensatte sammenhengene, og for å evne å tegne dem ned på en måte som kunne yte informantenes rike historier rettferdighet og gjøre dem forståelig for en leser. I forbindelse med denne prosessen vil jeg først og fremst takke min faglige veileder Eleanor Allgood for gode råd både om å tørre å bruke tid i tilnærmingen til materialet, retning i teorivalg og utarbeidelse av problemstilling. I tillegg vil jeg takke Solveig og Erik for faglig støtte og respons, samt Sondre, Eirill, Espen og resten av mine omgivelser for utstrakt støtte og tålmodighet. Til slutt vil jeg takke informantene for at de stilte opp og gav så mye av seg selv under intervjuene, samt min ”kontaktperson i miljøet” for hjelp med å opprette kontakt med tre reflekterte og fine mennesker.

Namsos, juni 2011

Hilde Guddingsmo

Innhold

Sammendrag	III
Abstract	IV
Forord	V
Innholdsfortegnelse	VII
1. Innledning	1
2. Metode	3
2.1 Paradigme og metodelitteratur	3
2.2 Forskningsmetode	3
2.3 Generalisering	4
2.4 Analysen: valgene og prosessen	4
2.5 Fremgangsmåte	5
2.6 Fremstillingen	7
2.7 Datainnsamlingen	8
2.8 Valg av forskningsdeltakere	9
2.9 Tre unike historier	9
2.10 Endringer i løpet av prosessen – en klargjøring av fenomenet	10
2.11 Kvalitet	11
2.11.1 Åpenhet	11
2.11.2 Emisk perspektiv	12
2.12 Ethiske betraktninger	12
2.12.1 Anonymitet gjennom en konfidensiell behandling	12
2.12.2 Informert samtykke	12
2.12.3 Godkjenning og rapportering	13
3. Teori	15
3.1 Claes Janssen: Selvsensur, Outsideropplevelser og integrasjon	15
3.1.1 Outsideropplevelsen	15
3.1.2 Sensurholdningen	16
3.1.3 Integrasjon som vekst	17
3.1.4 Personlig dialektikk	18
3.2 Stephen K. Levine: Helbredelse gjennom kunst	18
3.2.1 Enlightenmentbevegelsen, Freud og sykeliggjøringen av forestillingsevnen	19
3.2.2 Dionysos og Apollon	19
3.2.3 Poesis	19
3.2.4 Om å ta med gaver til festen: Ritualet og fellesskapet	20
3.3 Carl Rogers: Om å være den man i sannhet er	21

3.3.1 Selvaktualiseringstendensen	22
3.3.2 Det reelle og idèelle selvet	22
3.3.3 Stadier for utvikling	22
3.3.4 Rådgivningsrelasjonen	23
3.4 Jon Nygaard: Perspektiv på teaterhistorie	24
3.5 Konstantin Stanislavskij	24
3.6 Dario Fo	24
4. Analyse	25
4.1 Mennesker i verden	25
4.1.1 Fremmedfølelse	25
4.1.2 Behov for å være seg selv	26
4.1.3 Selvsensur	26
4.1.4 Mestringsopplevelsen	28
4.1.5 Drøfting <i>Mennesker i verden</i>	28
4.1.5.1 Konklusjon	32
4.2 Veksthus for selvet	32
4.2.1 ”To ting”: Selvet en helhet av polariteter	34
4.2.1.1 Polaritetene i teateret	35
4.2.1.1.1 Å leve rollen	36
4.2.1.1.2 Spilleriet	36
4.2.2 Drøfting <i>Veksthus for selvet</i>	36
4.2.2.1 Konklusjon	40
4.3 Uttrykksmediet	40
4.3.1 Uttrykksbehov	41
4.3.2 Kunstuttrykket	41
4.3.3 Kontakt	43
4.3.4 Drøfting <i>Uttrykksmediet</i>	44
4.3.4.1 Konklusjon	48
5. Sluttdrøfting: ”Det rette element”	49
6. Teori: ”Det rette element”	53
Etterord	55
Litteratur	57
Vedlegg 1, Intervjuguide	59
Vedlegg 2, Kontrakt mellom informant og masterstudent	61
Vedlegg 3, Informasjonsbrev	62
Vedlegg 4, Godkjenning NSD	63

1. Innledning

Delvis springer bakgrunnen for denne oppgaven ut av en erfaring jeg gjorde som teaterinstruktør. Et spontant påfunn med å la stille ungdomsskolejenter skjelle ut imaginære personer, slå døra hardt igjen, dundre, banke og banne fra utsida skulle egentlig utvikle sceneprestasjonene deres – fra forsiktig lavmælt til selvheldelse. Først syntes de øvelsen virket teit. Men så var det som om noe sprang løst. De skjelte og skrek, trampet i gulvet, slo døra inn til samfunnshussalen så skipokaler og elggevir skramlet på veggen. Og de stilte seg i kø for å gjøre øvelsen igjen, på nytt og på nytt. Etter hvert ønsket elevene å utforske andre sterke følelsesuttrykk, både sorg og hemningsløs glede. Forundret over at øvelsen fremstilt på sparket i pedagogisk desperasjon oppnådde en slik popularitet, spurte jeg ut elevene om dette. Svaret kom spontant: ”Det føltes så godt!” Erfaringen med jentenes glede over å leve seg inn i egne, sterke følelsesuttrykk har fulgt meg gjennom rådgivingsstudiet. ”Det er så godt!” har for meg blitt en pekepinn på at noe må ha hendt med disse jentene i prosessen hvor de spilte ut sitt eget sinne. Men hva var dette *noe* som egentlig skjedde?

Gjennom rådgivingsstudiet har jeg både vært nødt til, og kjent gleden av, å ta frem gamle hendelser og tidligere historier for å redefinere dem og sette dem inn i nye rammeverk for forståelse. Denne redefineringen har ført til en sterk undring overfor hva det er som skjer mellom mennesket og teateret. I *Beginning With Ourselves. In Practice, Theory and Human Affairs* (1987) argumenterer D. E. Hunt for at praktikerer bør innta en innenfra og ut-tilnærming med hensyn til sitt eget forskningsfelt, og mener med det at forskeren kan ta utgangspunkt i seg selv, sine egne interessefelt og sin egen undring for studier som skal benyttes i praktisk øyemed. Med støtte i Hunts perspektiv besluttet jeg å benytte dette masterprosjektet som en mulighet til å utvikle mitt eget verktøy som rådgiver. Det finnes verken mangel på teoretikere eller teorier innenfor dramafaget (Branaas, 1999). Derfor blir denne oppgaven et pionerprosjekt kun for min egen del. Slik forsøker jeg med dette masterprosjektet å utvikle en teori omkring teater som vekstkatalysator som kan danne et grunnlag for mitt eget verktøy som rådgiver. Jeg har valgt å intervju tre mennesker som alle har en positiv opplevelse av personlig vekst tilknyttet involvering i teaterarbeide med sikte på å utvikle en positiv teori for å beskrive hva som skjer når noe fungerer i møtet mellom menneske og teater. Derfor er min problemstilling:

Hvordan opplever tre informanter samspeilet mellom å involvere seg i teaterarbeid og scenekunst, og sin egen personlige vekst?

2. Metode

2.1 Paradigme og metodelitteratur

Jeg er gjennom problemstillingen interessert i å utvikle en teori omkring tre informanternes opplevelse av et gitt positivt forhold mellom teaterdeltakelse og personlig vekst. Dette er forståelsesrammer med utgangspunkt i at kunnskap kan konstrueres med grunnlag i menneskers livsverden, og som slik opererer innenfor et konstruktivistisk paradigme (Postholm, 2005: 19, Strauss & Corbin, 2008: 10). Innenfor en opplevelsesbasert dimensjon er jeg altså ute etter å konstruere kunnskap ut ifra andre menneskers beretninger omkring hvordan de opplever at det å stå på scenen eller involvere seg i teaterarbeid har innvirkning på livet. Derfor er min målsetting om å bære frem deltakernes perspektiv også med på å situere studien innenfor det kvalitative metodefeltet (Postholm, 2005: 22, Strauss & Corbin, 2008:12). "Å forske kvalitativt betyr å forstå deltakernes perspektiv" (Postholm, 2005: 17). Som underlag for de metodiske valgene har jeg benyttet Postholms *Kvalitativ metode* (2005) og Dalens *Intervju som forskningsmetode* (2004) fra pensum i Ped 3006: Pedagogisk forskningsmetode. I tillegg har jeg å benyttet Dahlbergs, Dahlbergs og Nyströms *Reflective Lifeworld Research* (2008), samt Strauss & Corbins *Basics of Qualitative Research 3e* (2008).

2.2 Forskningsmetode

Gjennom et behov for innsikt i andres opplevelse av et fenomen i sin livsverden, falt det naturlig å gjennomføre en fenomenologisk studie. Postholm (2005) beskriver det fenomenologiske studieobjektet som "... den meningen mennesker legger i en opplevelse knyttet til en bestemt erfaring av et fenomen" (41). Dette innebærer at jeg leter etter hvordan prosjektets informanter opplever at det teatrale spillet har påvirket egen vekst, og jeg er innenfor den fenomenologiske rammen interessert i oppfatninger og forestillinger fremfor objektive hendelser (84). Slik vil alle uttalelser fra informantene behandles som empiri i denne studien. Det sentrale kriteriet for deltakelsen blir derfor et opplevd positivt forhold mellom egen vekst og teaterdeltakelse, uten at det problematiseres hvorvidt denne veksten har funnet sted.

For phenomenology, things are things of experience. The term experience denotes the relationship we have with the world in which we are engaged and phenomenology accordingly turns to the world as it is experienced. Phenomenologically expressed, "going to the things" means that, as researchers, we should position ourselves so the things can show themselves to us, and thus "the thing" is understood as a phenomenon (Dahlberg m.fl, 2008: 32).

2.3 Generalisering

Overføringsverdien av studien er tenkt å operere innenfor rammen for naturalistisk generalisering. Dette innebærer at funnene kan overføres mellom kontekster ved hjelp av opplevde likheter "... med en tilpasning med utgangspunkt i beskrivelsen eller forskningsteksten som er lest" (Postholm, 2005: 38).

2.4 Analysen: valgene og prosessen

I følge Dahlberg m.fl. (2008) ønsker forskeren gjennom fenomenologien "to grasp the meaning of phenomena" (94), ikke bare gjennom å se på objektet i seg selv, men gjennom å "seek patterns of meanings of experience, the structures and principles as well as unique experiences." (95). Med dette til grunn har jeg valgt å benytte Grounded Theory som analysemetode, og forsøker å tilnærme meg strukturene jfr. Dahlberg gjennom å utvikle en teori på grunnlag av det innsamlede materialet. Denne oppgaven har ikke en ren Grounded Theory -tilnærming, men jeg har valgt å benytte en tilnærming med utgangspunkt i teoriutvikling fordi jeg anser dette å gjøre materialet enklere å generalisere mellom kontekster. Det skal gjennom tydelige kategorier og gode beskrivelser være mulig å ta tak i de utviklede kategoriene og se disse i lys av teori. Slik er modellen med analyse mot teoriutvikling også med på å beskrive materialet på en fortellende måte.

I følge Postholm (2005) er det av betydning for forskningens generaliserbarhet at forskeren gir en grundig gjennomgang av hvordan han eller hun har kommet frem til alle funn i den aktuelle studien (38). Fremgangsmåten jeg benyttet under analyseprosessen ble delvis utført som beskrevet av Postholm (2005), delvis som beskrevet av Strauss & Corbin (2008) og delvis slik jeg selv antok var gode løsninger både ut ifra refleksjoner hentet i annen analysemetode samt hva jeg anså som bevisste og fornuftige valg knyttet både til prosjektets og materialets størrelse, form og formål. Slik jeg forstår Strauss & Corbins (2008) beskrivelse av Grounded Theory, innebærer dette en teoriutvikling med en stadig veksling mellom induktiv og deduktiv tilnærming hvor informantenes opplevelser danner grunnlaget for analysekategoriene, som igjen utvides ved hjelp av teori, videre refleksjon og tolkning, og intervjuer. På denne måten ligger det også en hermeneutisk prosess hos meg som forsker til grunn for funnene i studien, hvor endringer i min egen for forståelse både har representert ny forståelse av teori med grunnlag i datamaterialet, med en påfølgende ny forståelse av informantenes fortellinger og mine egne kategoriseringer av materialet etter lesing av teori.

2.5 Fremgangsmåte

Etter gjennomføring av intervjuene satt jeg igjen med fire timer lydopptak, ca. 70 sider ferdig transkribert tekst. Råkodingsprosessen fant sted like etter at alt materiale var transkribert, og ble foretatt på grunnlag av de nedskrevne intervjuene, notatet fra prøveintervjuet, samt notater foretatt i forbindelse med transkriberingen. Alle tidligere notater ble lagt til side i denne perioden, gjennom et ønske om en åpen innstilling til datamaterialet. Slik Corbin¹ beskriver råkodingen, tar hun for seg avsnitt for avsnitt, finner enkeltkategoriene i overskriftene for disse, og benytter skriving av "memos" for refleksjoner omkring de begrepene hun utvikler. I denne råkodingsfasen forholdt jeg meg noe løst til denne delen av Corbins modell, samtidig som jeg forsøkte å forholde meg til de viktigste prinsippene innenfor metoden (Strauss & Corbin, 2008).

Jeg opplevde datamaterialet som sterkt preget av at hvert av avsnittene i mange tilfeller inneholdt både tre, fire, og opptil fem viktige koder jeg ikke ville få belyst med Corbins beskrevne fremgangsmåte. Derfor ble den første råkodingen gjennomført ved at jeg etter flere gjennomlesninger begynte å sette navn på alt jeg fant undervegs i materialet i utskriften av transkripsjonen. Denne operasjonen ble gjennomført i flere omganger, for å gi mulighet til å lete etter kategorier oppdaget i ett intervju i de to andre. Jeg forsøkte hele tiden å legge vekt på å la elementer og uttalelser i teksten overraske meg. Etter hvert opplevde jeg under denne prosessen en sterk dragning imot å sette noen av de "nyvunnede" oppdagelsene inn i sammenheng, hvilket jeg gjorde ved raskt å skrive ned disse tankene og tidlige modellene. Gjennom dette arbeidet fant jeg ca. 300 råkoder, hvorav alle var avmerket i teksten med et nummer knyttet til intervjuobjekt og sidetall.

Alle råkodene ble deretter skrevet ned i et dokument, og jeg startet arbeidet med å finne grupperinger for råkodene slik at mer tydelige kategorier kunne oppstå. Denne prosessen ble gjennomført i flere omganger, og innebar flere runder med fargekoder, flytting, klipping og liming, både på PC og papir. Etter denne prosessen satt jeg igjen med ca. 30 kodenavn, hvorav noen "in vivo"²-navn ("det rette element"), noen navn fra teorien ("behov for autenticitet"), og noen selvvalgte navn ("fremmedfølelse"). Deretter hentet jeg inn "opplysninger" tilknyttet alle disse kodene, gjennom å finne sitater tilknyttet alle råkodene i

¹ Velger å referere til Corbin som teoretiker, da hun er den tydelige forfatteren av boka og i størsteparten av beskrivelsene selv benytter termen "I". 2008 – utgaven er også utarbeidet etter Strauss død.

² En "in vivo – kategori" er navnsatt ut ifra ord og uttrykk forskningsdeltakerne selv anvender (Postholm, 2005: 89).

hver enkelt kode. På denne måten forsøkte jeg å gjenopprette en form for ”tekstlige avsnitt” å ta utgangspunkt i for den videre analysen og utviklingen av hovedkategoriene jamfør Corbin, vel vitende om at disse var konstruerte fra min side. Gjennom dette arbeidet utviklet det seg igjen både nye råkoder satt inn under allerede eksisterende koder, og helt nye enkeltkoder som skulle bli med i analysene helt frem til slutten.

Den aksiale kodingsprosessen hvor underkategoriene ble utviklet startet i fasen etter at disse ”avsnittene” var utviklet, og pågikk gjennom hele skriveprosessen frem til ferdig oppgave. De første underkategoriene ble imidlertid klare i den første delen av prosessen, hvor jeg ved hjelp av sitater, råkoder, navn på koder og refleksjonsnotater forsøkte å finne de sterkere sammenhengene i materialet. Jeg forsøkte flere tilnærminger i denne prosessen, hvorav jeg om og om igjen ”lekte” med materialet, diskuterte det med andre, klippet, limte, brukte tusj, farger, piler og post-it-lapper. Ved hver gjennomgang av materialet kom jeg frem til nye underkategorier. Noen av dem ble forkastet med en gang, andre ved neste gjennomgang eller under skriveprosessen, mens andre trådte tydelig frem etter at de var opprettet og vek aldri ved sin signifikans gjennom resten av prosessen. Enkelte underkategorier ble også gjeninnført mot slutten av skriveprosessen. Slik var ikke denne underkategoriseringen en enkelt prosess, men et resultat av mange prosesser tilknyttet et bestemt behov for sortering av datamaterialet i teoriutviklingen.

Hovedkategoriene ble dannet gjennom en stadig prosess, hvorav tredelingen fremsto tydelig etter en tidlig refleksjon over alle underkategoriene sett under ett, men hvor innholdet og med det benevnelsen på dem, skulle endre seg gjennom hele arbeidsprosessen. Dermed var de viktigste underkategoriene plassert under sin hovedkategori på et tidlig tidspunkt, mens noen underkategorier stadig ble flyttet på, endret, delt opp og fjernet i arbeidet med ferdigstillingen av utviklingen av de tre grunnstammene i teorien: Den beskrevne veksten, teaterets evne til å utvikle selvet, og den integrative naturen i kontakten mellom skuespiller og publikum.

Prosesen med utviklingen av selve teorien startet i den første råkodingen, ved hjelp av et lite notat utarbeidet i forbindelse med funnet av råkodene ”fremmedfølelse”, ”fremmedgjøring” og ”viktig autentisitet”. Siden ble den bygd ut, omgjort og videreutviklet gjennom skriveprosesser tilknyttet hvert eneste kapittel, men spesielt gjennom arbeidet med den fjerde, sammenfattende drøftingen. ”If the goal is to develop theory, the findings should be integrated to form an overarching theoretical scheme” (Strauss & Corbin, 2008: x). I analysen av materialet har jeg forsøkt å sette de tre historiene sammen til en enhet.

Enkeltbeskrivelser som kun finnes i ett av intervjuene blir dermed tatt inn til å utgjøre en del av helheten. På denne måten er ikke den veksten jeg beskriver videre i oppgaven i sin helhet beskrevet av noen av de enkelte informantene, men representerer en konstruksjon foretatt ut ifra en sammensetting av materialet sett opp imot aktuell teori. Når det gjelder kategoriene er disse sammensatt av bidrag fra alle de tre informantene, men noen av disse bidragene er satt inn i kategorien ut ifra fortolkninger fra min side i et forsøk på å finne de strukturene som utgjør teorien. Jeg kan f.eks ikke påstå at verken Miriam eller Martin beskriver fortrengeing i datamaterialet, det er Merete som beskriver et sterkt forsøk på å bli kvitt sine egne frembrudd av autentiske følelser. Samtidig er det bare Miriam som beskriver teateret som en opphøyet utviklingssone, mens de sterkt utviklede integrerte perspektivene først og fremst hører til Martins fortelling om seg selv og sin egen suksessfulle fungering i det daglige. Likevel opplever jeg at de tre fortellingene sett i sammenheng med teori overlapper hverandre i en slik grad at jeg har sett på dem som både ulike og delvis overlappende brikker i et felles puslespill som etter lengre tids bearbeidelse og refleksjon er satt sammen til en helhet for å danne grunnlag for en mer generell teori om forholdet mellom involvering i teater og personlig vekst. Derfor benytter jeg også termen ”informantene” – som en fellesbetegnelse – i deler av diskusjonen frem mot teorien, vel vitende om at jeg dermed generaliserer og skaper en felles fortelling ut av tidvis ulike beskrivelser.

... concepts and theories are constructed by researchers out of stories that are constructed by research participants who are trying to make sense out of their experiences and/ or lives, both to the researcher and themselves. Out of these multiple constructions, analysts construct something that they call knowledge (Strauss & Corbin, 2008:10).

2.6 Fremstillingen

”Researchers are encouraged to use the procedures in their own way” (Strauss & Corbin, 2008: X). Gjennom tilknytningen til Grounded Theory er fremstillingen av datamaterialet orientert omkring analysekategorier og drøftingen av disse med teoriutvikling som formål. Formålet med dette prosjektet er imidlertid et ønske om å beskrive et verktøy innenfor rådgivningen, og teorien jeg utvikler blir slik også av deskriptiv art: Den *beskriver* hvordan teaterarbeid kan bli en katalysator for personlig vekst hos enkeltindividet, og ønsket om å gjenfortelle og beskrive ved hjelp av belysning fra teori utgjør slik en viktig del av drøftingene i denne fremstillingen.

2.7 Datainnsamlingen

Jeg valgte å benytte intervju som datainnsamlingsstrategi, gjennom et ønske om tilgang på informantenes egne beretninger. ”En kan ikke observere fortidige hendelser, og en kan heller ikke observere menneskers meninger, tanker og opplevelser” (Postholm, 2005: 68). To av intervjuene ble foretatt i grupperom ved NTNU, det tredje hjemme hos informanten. Jeg hadde et sterkt ønske om at intervjuene skulle være så lik vanlige samtaler som mulig, da det er disse samtalene som kan ansees vil gi det beste forskningsmaterialet både i kvalitet og mengde (Strauss & Corbin, 2008: 27). Håpet var at samtalene skulle representere en så fri sone å være i både for informanter og intervjuer, at åpenheten kunne medføre en oppdagelse av noe nytt og spennende – skapt i interaksjonen mellom fasilitator og forteller. Intervjuguiden var semistrukturert (Vedlegg 1), og med det menes et oppsett hvor enkelte hovedpunkter er klargjort på forhånd i en tenkt samtalestruktur, men hvor mulighetene er åpne for endringer i nøkkelbegreper underveis (Dalen, 2004: 29). På denne måten forsøkte jeg å opprettholde en sensitivitet overfor den uavdekkede informasjonen i informantenes fortellinger. Intervjuguiden endret seg underveis i innsamlingsperioden, og viktige begreper avdekket i en samtale ble satt inn i guiden og brakt på bane i møtet med neste informant. Som et ledd i utviklingen av guiden, ble det avholdt prøveintervju. Prøveinformanten ”Maria” var en venninne med erfaring fra teaterarbeid i studietida. Det ble ikke foretatt lydopptak av samtalen, men et notat utarbeidet i etterkant av intervjuet er blitt benyttet som en del av datamaterialet i analysen fordi det også under denne samtalen ble beskrevet erfaringer og lansert begreper som anga viktig retning for intervjuguiden. Prøveintervjuet er slik med på å danne den totale beskrivelsen.

Opptak av intervjuene ble gjort på analog diktafon. Valg av opptaksutstyr hadde bakgrunn i forenklet søknadsprosess hos Norsk Samfunnsvitenskapelig Datatjeneste (NSD), da opptak som ikke er lagret digitalt heller ikke er replikerbare. Dette førte imidlertid til at lydopptakene hadde en dårligere tilgjengelighet under analyseprosessen enn hva som ville ha vært tilfelle ved digitale lydspor. I tråd med anbefalinger i Postholm (2005: 104) og Dalen (2004: 61) transkriberte jeg alle lydopptakene selv, og fikk dermed en ekstra opplevelse tilknyttet det auditative perspektivet på intervjuet før datamaterialet ble redusert til tekst. Alle de tre intervjuene ble transkribert få dager etter gjennomføring, og to av intervjuene var transkribert innen det siste intervjuet ble gjennomført.

2.8 Valg av forskningsdeltakere

I følge Postholm (2005) tar valg i kvalitative studier utgangspunkt i et prinsipp om hensiktsmessighet. Dermed blir det i valg av forskningsdeltakere viktig å ta hensyn til studiens formål og størrelse, samt tilgjengeligheten på aktuelle informanter (143). Etter anbefaling fra veileder ble det besluttet å intervju tre informanter, og at disse skulle kontaktes ut ifra hva Dalen (2004) beskriver som ”kriterieutvelgelse”, hvor bestemte kriterier og bevisste valg legges til grunn for hvilke intervjuobjekter som skal velges innenfor en gitt gruppe (53-55). I mitt tilfelle var kriteriene beskrevet i problemstillingen, altså et opplevd positivt forhold mellom teaterdeltakelse og egen vekst. Informantene ble skaffet gjennom en bekjent i teatermiljøet, som satte meg i kontakt med personer hun mente kunne fylle kriteriene, og samtidig antok kunne bidra med gode refleksjoner. Navnene Miriam, Martin og Merete er pseudonymer. De var alle tre pasienter ved samme psykiatriske institusjon, og fikk gjennom oppholdet tilbud om å delta i et teaterprosjekt som en del av behandlingsopplegget. Tilbudet var frivillig, og utgangspunkt for innhold, form og gjennomførelse lå fritt å utarbeide for ensemblet. Informantene opplevde som deltakere å utarbeide og produsere en forestilling basert på egne erfaringer. I intervjuene rapporterer alle tre å ha opplevd en terapeutisk effekt med basis i det kunstneriske arbeidet, og som en følge av dette igjen å ha opplevd en personlig vekst: De har fått det bedre med seg selv etter at de startet med teater. På tidspunkt for intervjuet bor alle tre utenfor institusjonen, og er ikke lenger en del av det tilhørende teaterensemblet.

2.9 Tre unike historier

Miriam beskriver et sterkt, og tidvis negativt, forhold til ”systemet”, med bakgrunn i barnevern og rusproblematikk. Hun beskriver også et sterkt og livslangt uttrykksbehov, og en dragning mot scene og teater, som i stor grad var undertrykt frem til hun med teaterprosjektet i behandlingssituasjonen fikk ”en gylden mulighet” til å få utløp for disse behovene. Hun forteller at hun gjennom teaterarbeidet har funnet sitt ”rette element”, og at hun i fremtiden helst vil arbeide på scene eller foran kamera, men uansett mulighet ønsker å ha en profesjon tilknyttet en slik type kunstnerisk arbeide. På tidspunktet for intervjuet går Miriam på skole og tar på seg enkeltoppdrag tilknyttet teaterarbeid.

Martin beskriver en lykkelig barndom, preget av kreativitet, spontanitet og lek. Han er den av informantene som kan sies å ha livslang teatererfaring, med et opphold i ungdomsårene frem til han igjen begynte å involvere seg i teater og annen kreativ skaping i

behandlingssituasjonen. Bakgrunnen for hans opphold i den psykiatriske institusjonen var en bipolar lidelse han utviklet i løpet av ungdomsårene. Denne diagnosen har han fortsatt, men han beskriver at han gjennom scenekunsten og det skapende arbeidet har funnet en måte å håndtere sine egne følelsesmessige svingninger på som gjør det mulig å fungere med lidelsen i hverdagen. På tidspunktet for intervjuet er Martin en aktiv skapende og utøvende kunstner.

Meretes behov for opphold i institusjonen hadde utgangspunkt i en sammenbruddssituasjon, der gapet mellom utvendig fasade og egne behov medførte en mangelfull tilnærming til livet og til slutt en uhåndterlig livssituasjon med utbrenthet som resultat. Hun forteller at hun kom i kontakt med teateret ”sent i livet”, og beskriver sin motivasjon for deltakelse i teaterprosjektet som rasjonelt motivert ut ifra et behandlingsperspektiv. Merete beskriver imidlertid ikke bare teateret som en god rehabiliteringsarena, men også som en arena for glede og livsutfoldelse. På tidspunktet for intervjuet er Merete student og spiller amatørteater.

2.10 Endringer i løpet av prosessen – en klargjøring av fenomenet

”As an introduction to reflective lifeworld research we immediately want to declare that it is about an in all respects open approach.” (Dahlberg m.fl, 2008: 25). Med dette mener forfatterne at man aldri kan fastlegge en plan for en kvalitativ studie, da det ligger i dens åpne og deltakerorienterte fundament å kunne endres underveis. Dette masterprosjektet har hatt en hermeneutisk oppbygging preget av at jeg gjennomgående har vært nødt til å endre mine antakelser, utvide og endre min for forståelse. Dette innebærer blant annet en endring av selve studieobjektet, fenomenet, i løpet av prosessen. Utgangspunktet for prosjektet var ønsket om å finne ut hva som skjer imellom mennesket og teateret, men jeg bestemte meg på et tidspunkt for å ta utgangspunkt i begrepet ”spill” for å avgrense forskningsområdet. Etter råd fra veileder ble problemstillingen deretter utarbeidet til å omhandle sammenhengen mellom ”spill”, opplevd her og nå -situasjon og personlig vekst. Videre ble tema for oppgaven og problemstilling utviklet gjennom spaning (Dalen, 2004: 35,51). Dette innebar at jeg benyttet samtaler med medstudenter jeg visste hadde et forhold til både teater og rådgivning, sammen med telefonsamtaler med fagpersoner i mitt eget nettverk og litteraturlesning inkludert tidligere masteroppgaver for å finne et klart bilde av det feltet som eksisterer. Til sist var det samtaler med ressurspersoner i min omgangskrets som medførte det positive fokuset for oppgaven, hvor det ble antatt en sammenheng mellom godt utbytte av å involvere seg i teaterarbeid og å komme til å ha noe på hjertet. Slik ble problemstillingen endret over til å

handle utelukkende om det positive samspillsforholdet: hvordan ”spill” kan oppleves som en katalysator for personlig vekst og bli til et terapeutisk verktøy. Møtet med informantene endret imidlertid fokuset fra det avgrensede ”spill” tilbake til ”teater” i et bredere perspektiv, idet jeg valgte å benytte deres definisjon av teaterbegrepet i denne oppgaven. Det vil si at jeg med ”teater” og ”teateret” refererer til alle aktiviteter som hører inn under både scenekunst - og dramasegmentet. På denne måten refererer jeg til både revy, improvisasjonsteater/ ”Teatersport” og dramaøvelser når jeg kommer med utsagn som ”begynte å involvere seg i teater” eller ”møtte teateret”.

2.11 Kvalitet

”Kvaliteten på en kvalitativ studie knytter seg blant annet til om studien blir oppfattet som riktig eller ikke” (Postholm, 2005: 130). I følge Postholm knyttes dette opp mot hvorvidt en studie er troverdig og dermed er generaliserbar til andre settinger (130-131). Sentralt ligger fokuset på det kvalitative forskningsinstrumentet: forskeren selv, og hans eller hennes refleksjoner omkring egen påvirkning av og posisjonering i alle ledd av forskningsprosessen. I denne oppgaven har jeg valgt å ta utgangspunkt i Dahlbergs (2008) begrep ”åpenhet” i tilnærmingen til forskningsfelt, møte med informanter og teoriutvikling samt det ”emiske perspektiv” (Postholm, 2005:34) for å beskrive min tenking omkring kvalitetssikring av studien.

2.11.1 Åpenhet

”...today we all know that objectivity in qualitative research is a myth” (Corbin, 2008: 32). Dahlberg (2008) beskriver imidlertid *åpenhet* som et tilnærmingskriterie som kan medvirke til å sikre *en form for* objektivitet i en studie situert i menneskets livsverden, og beskriver begrepet som ”...the mark of a true willingness to listen, see, and understand. It involves respect, and certain humility toward the phenomenon, as well as sensitivity and flexibility” (98). Slik beskriver Dahlberg et begrep som vektlegger betydningen av sensitivitet i forskerens tilnærming til materialet med bakgrunn i den uunngåelige avhengigheten av forskerens persepsjon i tolkningen av det gitte datamaterialet i den kvalitative tradisjonen. ”To be open means to conduct one`s research on behalf of the phenomenon” (98). En åpen tilnærming blir spesielt viktig idet jeg jfr. Hunts (1987) tilnærming henter utgangspunkt innenfra – altså at jeg benytter meg selv, mitt eget interessefelt og min egen undring som utgangspunkt for valg av forskningsfelt og problemstilling. Jeg har forsøkt å sikre åpenhet i studien både gjennom en løst definert semistrukturert intervjuguide, men også gjennom en

påminnelse om at det å stille et spørsmål i seg selv innebærer en åpenhet overfor forskningsfeltet (Dalen, 2004). Slik har jeg gjennomgående i arbeidet med oppgaven forsøkt å legge vekt på å innta en nysgjerrig, undrende og søkende holdning både til materialet og teorien. Bekreftelser på at jeg har lyktes i denne tilnærmingen finnes i form av opplevelser av å bli overrasket, både av uttalelser fra informantene og sammenhenger i materialet.

Det er samtidig innenfor den kvalitative tradisjonen viktig å innse at forskerens disposisjoner har innvirkning på det ferdige produktet (Corbin, 2008: 32). Som situert innenfor en konstruktivistisk forståelsesramme ligger det en latent antakelse i materialet om at min forforståelse som forsker er med på å prege alle ledd i prosessen, fra valg av forskningsfelt til ferdig forskningstekst, og kanskje spesielt gjennom alle tolkninger jeg nødvendigvis er nødt til å foreta av materialet gjennom analyseprosess og teorivalg. I følge Dalen (2004) fordrer dette et krav om at forskeren skal redegjøre for sitt forhold til fenomenet overfor leseren (105). Slik blir det av betydning for åpenhetsprinsippet at jeg gjør rede for noe av bakgrunnen for min forforståelse. Utgangspunktet for denne finnes i en sterk teaterinteresse fra min side, hvor jeg i arbeidet med å finne retning for prosjektet tok utgangspunkt i en tanke om at å involvere seg i teatralt spill på en scene på ett eller annet vis er med på å påvirke den som involverer seg. Jeg har samtidig personlige erfaringer som medfører at jeg anser involvering i teater til å kunne ha både positiv og negativ innvirkning på selvet ut ifra hvilken kontekst involveringen skjer i, om den er inkluderende, fri, imøtekommende og positiv, eller om den er konkurranseorientert, tvungen, fremmedgjørende og preget av kritiske holdninger til eget og andres arbeid. Denne teaterinteressen kan ha medført at informantenes uttalelser i stor grad har blitt tolket ut ifra min egen forståelse av ord og uttrykk jeg også benytter, uten at disse uttrykkene behøver å ha samme betydning for informantene som for meg. Dette kan spesielt være tilfelle ved utforming og drøfting av hovedkategorien *Veksthus for selvet* som omhandler teateret som verktøy og vekstarena. En annen del av min forforståelse som kan ha preget denne oppgaven er rådgivingsstudiets sterke situering innenfor det humanistiskeksistensialistiske paradigmet. Dette kan ha vært med på å prege både utarbeidelse av problemstilling, med eksempel i valg av begrepet ”personlig vekst” fremfor f.eks ”mestringsopplevelse”, valg av teori og ikke minst selve antakelsen som utgjør selve grunnlaget for studien, nemlig at mennesket innehar disposisjoner som i møtet med riktige forutsetninger vil resultere i en vekst frem mot et innebygd potensiale. Det må som grunnlag for studien antas å være mulig å ”vokse i riktig retning” gjennom å få ”møte sitt rette element”.

2.11.2 Emisk perspektiv

Med begrepet emisk (”emic”) perspektiv som grunnlag for kvalitet i en kvalitativ studie viser Postholm (2005) til betydningen av å sikre informantenes stemme i den ferdige teksten (34). I denne fremstillingen har jeg forsøkt å la det emiske perspektivet være tydelig i beskrivelsen av kategoriene, både gjennom bruk av sitater og gjennom et forsøk på å beholde en språklig nærhet til informantenes opprinnelige uttalelser.

2.12 Etiske betraktninger

Det ligger innenfor den kvalitative forskningstradisjonen å legge etiske forutsetninger til grunnlag for sin forskning. Postholm (2005) presenterer forskningsetiske retningslinjer utviklet av NESH (1991) (151). Jeg har tatt spesielt utgangspunkt i prinsippene om anonymitet, konfidensialitet, informert samtykke og godkjenning/ rapportering for å sikre en etisk standard i oppgaven.

2.12.1 Anonymitet gjennom en konfidensiell behandling

I arbeidsprosessen har informantenes anonymitet vært sikret gjennom å la den første kontakten med informantene bli opprettet gjennom min kontaktperson i miljøet, hvorav denne foretok forespørsler på vegne av meg og videresendte informasjonsbrev (Vedlegg 2) med presentasjon av studien. Kontaktinformasjon ble oversendt meg først etter at de hadde takket ja til å delta i studien, og slettet når intervjuene var gjennomført. På samme måte er alle lydopptak som ble foretatt under intervjuene nå slettet. I den ferdige teksten har jeg forsøkt å sikre informantene en konfidensiell behandling gjennom bruk av pseudonymer, avkortede beskrivelser av sykdomsforløp, bevisste utelatelser av beskrivelser av kunstnerisk materiale og anonymisering av min ”kontaktperson i miljøet”.

2.12.2 Informert samtykke

Informert samtykke er av Postholm (2005) beskrevet å innebære at ”deltakerne vet hva de begir seg inn på og sier ja til” (146). Dette innebærer prinsipper om at informantene i et gikk forskningsprosjekt både skal kjenne til at han eller hun blir utsatt for forskning, hva som er selve formålet med studien, samt at han eller hun skal være informert om sine rettigheter som forskningsdeltaker. Deriblant er retten til å være anonymisert i materialet, være sikret en konfidensiell behandling, samt når som helst å kunne trekke seg fra en studie og kreve å få sitt bidrag utlevert (145-147, 152-153). For å ivareta dette prinsippet ble det skrevet kontrakt mellom meg som forsker og informantene som forskningsdeltakere (Vedlegg 3), hvor jeg

skrev under på mine plikter i henhold til ovennevnte, mens informantene på å ha mottatt informasjon angående ovennevnte rettigheter.

2.12.3 Godkjenning og rapportering

Det var nødvendig å få gjennomføring av prosjektet godkjent hos Norsk Samfunnsvitenskapelige Datatjeneste. Prosjektet ble godkjent 16.10.2009 (vedlegg 4).

3. Teori

3.1 Claes Janssen: Selvsensur, Outsideropplevelser og integrasjon.

Den svenske forskeren, pedagogen og psykologen Claes Janssen har fra midten av 1970 – tallet og frem til i dag gitt ut en rekke bøker innenfor feltet eksistensiell psykologi, flere med fokus på vekstprosesser hos enkeltmennesker og i organisasjoner. Han er opphavsmann til utviklingsmodellen *Fyrarummaren* (Four Rooms of Change), som handler om at vi i all forandring vil oppleve en periode preget av forsvar for det gamle, på tross av at forvandlingen nødvendigvis er et utslag av en tapt tilfredshet med det man forsvarer. Slik går man i alle endringsprosesser gjennom en periode med forvirring før man evner å gi opp sensuren og manifestere endringen. Boken "Personlig dialektik. Självensur, outsideropplevelser och integration" (1974), var hans første bok (Janssen, www.claesjanssen.se) og omhandler det han beskriver som "en dialektisk konflikt mellan två existentiella förhållningssätt" (Janssen, 1974: 5), altså to divergerende måter å forholde seg til verden på, hvor den ene er preget av det han kaller *outsideropplevelser* og det andre av selvsensur (5). Denne boken danner opptakten til den senere *Fyrarummaren* (www.claesjanssen.se). Teorien om selvsensur, outsideropplevelser og integrasjon som modell består av opplevelsesbaserte begreper satt sammen til en dialektisk helhet, der alle delene er avhengige av hverandre og virker sammen (Janssen, 1974: 16). Sammen med det fenomenologiske aspektet, plasserer den samfunnskritiske tilnærmingen og det selvregulerende prinsippet teorien innenfor den humanistiske psykologien, hvor man forsøker å skildre mennesket på en skapende, autentisk måte i kontrast til den konvensjonelle psykologien Janssen hevder formidler et budskap om at "du skal være normal" (65).

3.1.1 Outsideropplevelsen

Outsiderbegrepet har Janssen (1974) lånt av Colin Wilsons bok "The Outsider", som skildrer livet til fem diktere med deres tanker og tilknytning til verden. Outsideren er mer følsom, og innehar en sterkere kontakt med sin underbevissthet enn gjennomsnittsmennesket. Han innehar også en svakere vilje til å være "normal", kombinert med en sterkere vilje til å sette spørsmålstegn ved det bestående (16). Janssen har operasjonalisert outsiderbegrepet gjennom å la sin outsider være den som svarer ja på størsteparten av 24 spørsmål som tematiserer menneskets opplevelse av seg selv som en outsider og andre mennesker som konvensjonelle, uvirkelighetsfølelser og opplevelser av absurditet i egen kultur (17). Hans undersøkelse viser at outsiderne har en relativt usensurert jegoppfattelse og ukonvensjonelle holdninger. Dette medfører ikke bare en annerledes måte å se på ukonvensjonelle erfaringer

på, outsiderne utfører også sine egne holdninger gjennom å leve mer eksperimentelle liv enn de "normale"(52- 53). På denne måten er outsiderbegrepet fenomenologisk, og utgjør en opplevelsbasert tilstand mer enn å være en kategorisering av mennesketyper. Outsideren er en outsider først og fremst fordi han føler seg slik, og at denne følelsen utgjør en sentral del av hans opplevelse av seg selv. Derfor blir det i følge Janssen mest riktig å benevne tilstanden som en "outsiderposisjon", hvor posisjonsbegrepet representerer de grunnleggende forestillingene en person har om seg selv og andre (60).

3.1.2 Sensurholdningen

Janssen (1974) gir de informantene med flest nei -svar i undersøkelsen benevnelsen sensurvenner. Disse menneskene kjennetegnes av "en vilje att vara normal" (53), og denne viljen oppfyller de gjennom å skjerme av både overfor seg selv og overfor omverdenen de aspektene ved selvet og livet som måtte avvike fra denne normalitetsdefinisjonen. Sensurvennbegrepet har Janssen (1974) hentet fra teorier omkring filmsensur på 1960 -tallet, hvor sensur beskrives som et utslag av en uvilje til å forholde seg til virkeligheten som den er. I følge Janssen (1974) ønsker sensurvennene å forby både følelser, forestillinger og fantasier de selv ikke ønsker å være i besittelse av. Sensurvenner vil i kombinasjon med sterk autoritetstro kunne forvise deler av selvet til underbevisstheten og oppleve både pseudovilje og pseudofølelser (44-45). De beskriver samtidig seg selv som glade og ukompliserte hverdagsmennesker, som ikke funderer mye omkring de dypere tingene i livet (43). Verden skal være enkel, ukomplisert og glad. Janssen (1974) presiserer imidlertid også at enkelte sensurvenner kan inneha forestillingen om at kun den mørke delen av tilværelsen har gyldighet, og dermed velger å skjerme av alt som ikke passer inn i denne virkelighetsforståelsen. Bakgrunnen for sensurholdningen mener Janssen (1974) vi finner i vår egen bakgrunn, i en autoritær oppdragelse. Med henvisning til Maslow viser han til hvordan barnet i redsel for forvisning skjermer av sin egen glede og tro på seg selv, til fordel for omgivelsenes kjærlighet og tro på dem (86). Dette kaller han "døden i livet" (85), der den autoritære tilnærmingen ikke gir rom for ambivalens og tvil. Slik ønsker ikke sensurvennen å "rote i seg selv", trolig i frykt for at de avskjermede følelsene skal kunne bryte gjennom til bevisstheten, men velger å leve i tråd med det de opplever å være omgivelsenes definisjoner(87).

3.1.3 Integrasjon som vekst

Outsiderens identitetsopplevelse er merket av dialektikken mellom opplevelser man snakker om, og opplevelser man ikke snakker om (Janssen, 1974: 93). Å være outsider kan i følge Janssen (1974) være en ensom opplevelse, idet de som individer ikke nødvendigvis kjenner til andre menneskers tilsvarende outsideropplevelser. Dette kan medføre en opplevelse av alienasjon eller fremmedgjorthet. I følge Janssen (1974) er det viktig å skille mellom uintegrerte og integrerte outsiders. For mens ingen av dem avskjermer de "unormale" opplevelsene slik sensurvennen gjør, er det kun den integrerte outsideren som lykkes i å handle med utgangspunkt i disse hos seg selv og andre (54). Mens den integrerte outsideren setter fokus på sin kritiske tilnærming til status quo, sin selvstendighet og ærlige tilnærming til omverdenen, forestiller de uintegrerte outsiderne seg i større grad at sensurmenneskenes harmoni er genuin. Slik har den uintegrerte outsideren abnormklassifisert seg selv (51). Mange av de uintegrerte outsiderne har fremtredende nevrotiske trekk, og de opplever sterkere usikkerhet, flere spenninger og har større vanskeligheter med å være seg selv uten maske, enn de velintegrerte som har et mer positivt syn på seg selv (58).

Selve integrasjonen av outsideropplevelsen skjer i følge Janssen (1974) gjennom en forsterkning, hvor individet tar sine egne følelser på alvor, begynner å betrakte dem som sitt personlige utgangspunkt og starter opp med å leve ut ifra dem. Outsideropplevelsen forsvinner ikke i denne prosessen, men den medfører store forandringer i individets oppfattelse av seg selv og andre (59) og representerer slik en vekstprosess. Som en forløper til Fyrrummaren utviklet Janssen vekstmodellen Trappestegsmodellen, som representerer en syntese satt sammen av mange teorier og begreper hentet fra Jung, Maslow, Fromm, RD. Laing og tolkningen av den autoritære karakteren i *The Authoritarian Personality* (65). I følge Janssen (1974) beskriver teorien i virkeligheten biter i en glidende skala, som illustreres med trappetrinn fordi det også går tydelige skiller mellom disse bitene (67). Trappetrinnene representerer slik ulike bevissthetsplan, eller "trappsteg av jagkjänsla och her & nu – opplevelser", som på hvert trinn forbindes med ulike måter å forholde seg til det ubevisste på (66). Slik forbinder han i trappetrinnsmodellen uvirkelighetsfølelsen og outsideropplevelsen (80), og setter dette i sammenheng med integrasjonen.

3.1.4 Personlig dialektikk

”Psykologien må gå ut ifra at alle mennesker har alle drag” (Janssen, 1974:121). Janssen (1974) benytter seg av Carl Gustav Jungs teorier og begreper for å beskrive sin teori om personlig dialektikk (181). I følge Janssens (1974) tolkning av Jung er personligheten et selvregulerende system, bestående av et antall autonome undersystemer i vekselvirkning med hverandre, i et dialektisk forhold mellom motsatser (156). Innenfor dette systemet finner vi de polariserte holdningene innadvendthet og utadvendthet, og de fire funksjonene tanke, følelse, sanseinntrykk og intuisjon, som sammen bidrar til selvets helhet (155). Denne totale personligheten beskrives av Janssen (1974) som et selvregulerende system, der et termostatisk prinsipp sørger for at libidoen setter i gang motbevegelser i underbevisstheten hvis en tilnærming nærmer seg overforbruk (156), og ved integrasjonen utvikles jeget slik at det over tid vil bli i stand til å beherske alle de fire funksjonene.

3.2 Stephen K. Levine: Helbredelse gjennom kunst

Poesis questions the meaning of suffering and asks how, in the face of human fragmentation, art making can find it's therapeutic power (Levine, 1992: Forord andre utgave).

Kanadieren Stephen K. Levine ønsker i boka Poesis. *The Language of Psychology and the Speech of the Soul* (1992) å skildre hvordan psykisk helbredelse kan finne sted gjennom kunst, og benytter seg av teoretikere som D.W. Winnicott, F. Nietzsche, M. Heidegger og V. Turner (27). Han ser sin samtid som defragmentert, og viser hvordan vi i den vestlige moderne tidsalderen i motsetning til i de tradisjonelle stammekulturenes ritualer har skilt samfunnet, helbredelsen og kunsten fra hverandre. I følge Levine (1992) finner sykdomshelbredelsen i vår kultur sted i ”privatsfæren” mellom behandler og pasient, og han hevder kunstneren i dette samfunnet er degradert fra midtpunkt i fellesskapet til en kommenterende outsiderposisjon (11). Levine (1992) forsøker imidlertid å sammenstille de tre elementene igjen i sin teori. Han benytter nattverdsbegrepet – ”communion” (45) for å beskrive den prosessen som oppstår i publikum når skuespilleren deler av sin egen lidelse, og viser til hvordan helbredelse i tidlige kulturer fant sted gjennom rituelle hendelser, hvor helbrederen også fungerte som kunstner, hvor formålet med ritualet var å smelte sammen den lidende og fellesskapet, gjennom å finne en kunstnerisk form som kunne holde på lidelsen og lette vekten av den (10).

3.2.1 Enlightenmentbevegelsen, Freud og sykeliggjøringen av forestillingsevnen.

I følge Levine (1992) har den psykologiske lidelsen, med Freuds vekt på Enlightenment-bevegelsens idealer, blitt forstått innenfor rasjonalistiske termer der fornuften har blitt sett på som primær innenfor den moderne psykoterapien (1,9), hvor sannheten er lik den objektive realiteten. Forestillingsevnen³ har innenfor dette perspektivet blitt sett på som en fiende av den klare tanken, og dermed også av den mentale helsen. Slik har kuren for psykisk sykdom innenfor dette perspektivet vært å roe ned atferd knyttet til klientens fantasiliv gjennom en objektiv realistisk tilnærming (2,9,10). I følge Levine (1992) går den rollen fantasien spiller i menneskets tapt innenfor dette perspektivet (30). Han forholder seg til et motstående perspektiv på mennesket som "væren i verden" (33), hvor forestillingsevnen er sentral både for erfaring og forståelse, og slik utgjør et medium for alt psykologisk liv. "... we live in the imaginative and playful space of experience." (33).

3.2.2 Dionysos og Apollon

Levine (1992) benytter seg av Nietzsches inndeling med referanser til de greske gudene Dionysos og Apollon for å beskrive defragmenteringen mellom forestilling og objektivitet. Innenfor enlightenmentorienteringen er tilnærmingen apollisk, med vekt på orden, klarhet og koherens av tanke (9, 12). I følge Levine(1992) separerer den apolliske tilnærmingen mennesket fra sin egen kropp, fra naturen og sine medmennesker. I et motsetningsforhold står Dionysos, den guden som bringer mennesker sammen "in their drunken revels" (12), i fruktbarhetsfestene, som feirer *communitas* gjennom at deltakerne mister "the sense of a separate self." (Levine, 1992: 12). I følge Levine (1992) har det moderne mennesket gjennom sin sterke tilknytning til den apolliske rasjonaliteten glemt sin tilknytning til Dionysos, slik at det kun ser prinsippene om orden og autonomitet (12-13). Han viser også til at den apolliske perspektivet er et ensomt perspektiv, fordi mennesket gjennom fraværet av Dionysos også har mistet fellesskapet (13). For Levine (1992) er svaret på terapi "healing": å bringe sammen Dionysos og Apollon og gjøre mennesket helt.

3.2.3 Poesis

"Poesis is an affirmation of the power of art to transform life" (Levine, 1992: Forord andre utgave). "Poesis makes healing possible" (Levine, 1992: 42) "Poetic expression binds together spirit and body in the speech of the soul." (Levine, 1992: 108). "The arts are rooted in the practices of the imagination" (Levine, 1992:3)

³ Min oversettelse, med utgangspunkt i Levines (1992) distinksjon mellom "imagination" og "fantasy" (33).

I følge Levine (1992) er poesien sjelens språk. Derfor er det nødvendig å gjeninnføre dette språket i psykoterapien for at mennesket igjen skal kunne oppleve fullstendig mening og verdi. I følge Levine (1992) bærer alle mennesker på et kreativt potensiale (xvi). Han presenterer et syn hvor mennesket mister seg selv idet det glemmer sin egen evne til å "dvele poetisk". "I become caught up in the social whirl, in flight from the anxiety of being alive, of being mortal" (37). I hans perspektiv har ikke problemet med arven fra opplysningstidens tilnærming til psyken vært at den ikke er virkningsfull, men at den "produces patients who seem like shells of human beings (...) Limited in their capacity to live their life fully" (10). Mennesket vil idet det mister sin forestillingsevne og sin kreative kapasitet "experience a living death which is often masked by a compliant outer shell" (37). I Levines (1992) teori er det levende mennesket iboende kreativt, og han støtter seg på Heidegger når han viser til forestillingsevnen som kilde til menneskelig erfaring. I denne tilnærmingen forutsetter autentisk eksistens en poetisk tilnærming; "it is the affirmation of my ownmost possibilities in the world" (37). Det er altså i de kunstneriske prosessene mennesket oppdager sin egen helhet. I følge Levine (1992) er enhver "act of imagination" en handling av "unification" eller integrasjon. Den er "animated by a vision of the whole" (20).

3.2.4 Om å ta med gaver til festen: Ritualet og fellesskapet

I kapittelet *Bearing Gifts to the Feast* beskriver Levine (1992) hvordan psykologisk helbredelse kan forekomme i en workshop for studenter i kunstterapi, der den gitte oppgaven er å dele lidelse fra eget liv med studiegruppen gjennom å benytte kunstneriske uttrykk i presentasjonen. Her beskriver han hvordan enkeltindividet gjennom å skape og fremføre et kunstnerisk uttrykk basert på egen lidelse kan oppnå økt integrering i det fellesskapet tilhørergruppen utgjør. I denne teksten benytter Levine (1992) De Mauss og Turners teorier omkring overgangsritualer, gaveoverrekkelser og "communitas" for å beskrive hvordan studentenes "self – disclosure" og lidelse gjennom å bli holdt av et kunstnerisk uttrykk representerer en "gift of self", som på en bro mellom selvet og verden fordrer integrering mellom den som presenterer og gruppen slik at et fellesskap, communitas, kan oppstå. Gjennom sin *self disclosure* blir studentene deltakende i en prosess som kan sammenliknes med Turner og De Mauss *rites of passage*, som symboliserer vekst hos enkeltindividet. Innenfor denne teorien er ritualene knyttet til gaveoverrekkelser, der de sosiale konvensjonene knyttet til utveksling av gaver mellom ulike individer og samfunn medfører en sterkere tilknytning dem imellom, og dermed også sterkere fellesskap. Innenfor Levines (1992) teori er en sentral bestanddel av terapien at individet begynner å se sin egen lidelse som en gave, slik at denne kan overleveres

til fellesskapet slik at en øket tilknytning mellom individ og samfunn, altså integrasjon, kan oppstå. Slik mener Levine (1992) kunsten kan reintegrere mennesket, og hjelpe det ut av den nødvendige liminale fasen preget av lidelse og forvirring som kjennetegner overgangsprosesser i alle kulturer der det gamle må dø før noe nytt skal kunne oppstå (xvi). "What is wonderful is that the exchange of suffering forms a community of healing" (57).

I følge Levine (1992) er en forutsetning for at integrasjon skal kunne forekomme er at fremførelsen er en gaveoverrekkeelse, og ikke en performance. Dette fordrer at både skuespiller og publikummer er autentisk tilstede i presentasjonen (51), og at den gaven som overrekkes er en *gift of self*, altså at det materialet som presenteres er autentisk. Slik er det av avgjørende betydning at de daglige maskene og forsvarsverkene er lagt vekk til fordel for en autentisk tilstedeværelse så individet og tilhørerne får tilgang til å se hverandre som lidende sjeler (45). Levine (1992) viser til hvordan hele fellesskap i overgangsritualene kan tre inn en liminal fase, hvor menneskene ikke møtes som en serie individuelle "I's", men som et essensielt "we" - en sosial tilstand beskrevet som "communitas", et fellesskap basert på menneskelighet (49).

... the circulation of the work binds together artist and audience into a greater cultural or spiritual tradition. When we receive the gift of a genuine work of art, we ourselves enter the "gifted state" and become open to our own spirit. The gift that is contained in the work thus has the power to create a spiritual community, to "increase" a social group by bringing it to life (Levine, 1992: 53).

3.3 Carl Rogers: Om å være den man i sannhet er

I have come to feel that the more fully the individual is understood and accepted, the more he tends to drop the false fronts which he has been meeting life, and the more he tends to move in a direction which is forward (Rogers, 1961: 27).

Den amerikanske psykologen Carl Rogers (1902–1987) har lagt grunnlaget for en rekke viktige begreper og prinsipper innenfor psykologien (Ivey, A. E., D'Andrea, M., Ivey, M.B, Simek – Morgan, L, 2007: 262). Rogers teori er klinisk, i betydningen at den baserer seg på hans erfaring som terapeut i kontakt med klienter (Kvalsund, 2008:3). Dette gjenspeiles i teorien, som kjennetegnes av respekt for individets integritet og en interesse for mennesket som subjekt fremfor objekt (Pescitelli, 1996). Rogers er også kjent for sitt syn på mennesket som iboende godt, i den forstand at det gjennom å få leve ut menneskeligheten innenfor seg selv vil handle i en retning kjennetegnet som positiv (Pescitelli, 1996, Rogers, 1961). *On Becoming a Person* (1961) er en samling artikler skrevet i tidsrommet 1951 - 1961, og var i følge Rogers selv ment å skulle gjøre teorien hans mer tilgjengelig for et bredere lag av

befolkningen enn bare den psykiatriske profesjonen (Forord). Boken er i følge Ivey m.fl (2007) en "reflection of the man and his theory"(275) ,og fremstår som hans mest kjente verk.

3.3.1 Selvaktualiseringstendensen

Rogers ser menneskelig vekst som selvaktualisering (Kvalsund, 2003:1), og i følge Ivey m.fl (2007) er det i stor grad hans fortjeneste at dette begrepet er en velkjent del av den nordamerikanske kulturen (259). I Rogers(1961) teoretiske system innebærer dette at alle mennesker har en iboende evne til å vokse i positiv retning hvis det blir gitt de riktige mulighetene (26). Den iboende evnen til selvaktualisering finnes i følge Rogers (1961) i alle levende organismer og økosystemer (35). For å beskrive hva han mener med fremover, viser han til begreper som "growing toward maturity" og "growing toward socialization" (26–27), og en bevegelse imot forbedret selvfølelse og en styrket respekt for selv og andre (Kramer, 1995: ix i Rogers, 1961).

3.3.2 Det reelle og idèelle selvet

Selve målsettingen for terapien låner Rogers fra Søren Kirkegaard og eksistensialismen, hvor meningen med livet presenteres som "to be that self which one truly is" (Kramner, 1995: xi, i Rogers, 1961 og Kvalsund, 2003: 39), å være et autentisk menneske. I følge Rogers er menneskets primære behov aksept for å kunne endre seg imot en slik væren i verden (Kramer, 1995: xi, i Rogers 1961), til en "fully functioning person". Sentralt innenfor hans teori om det autentiske selvet er skillet mellom det reelle (Real Self) og det idèelle (Ideal Self) værendet i verden, der Real Self representerer menneskets autentiske væren i verden når det er aktualisert og respekterer og elsker seg selv slik det er, mens Ideal Self representerer den idealiserte versjonen av selvet mennesket har konstruert ut fra egne, andres og kulturens forventninger (Boeree). I følge Kvalsund (2003) omfatter Rogers begrep *self* "(...) both conscious and unconscious material accessible to consciousness" (17). Veksten i Rogers termer kan slik beskrives som å oppnå kongruens med sitt eget selv, hvor mennesket beveger seg fra å være inautentisk til å være autentisk (40,42).

3.3.3 Stadier for utvikling

Rogers (1961) presenterer også en vekstmodell i boken, delt inn i 7 stadier for personlig vekst som hver inneholder viktige milepæler for utvikling av selvforståelse og væren i verden. Det nederste stadiet er kjennetegnet av en uvilje til å kommunisere egen autenticitet, hvor mennesket verken evner å eie eller være oppmerksom på egne følelser og

personlige meninger. Det er lite sannsynlig at mennesket vil delta frivillig i terapi på dette stadiet (132). Vekstprosessen involverer et skifte fra inkongruens til kongruens (157). I det høyeste stadiet opplever klienten et kontinuerlig eierskap til sine egne følelser, samt alle andre aspekter som måtte eksistere som en del av selvet (151), og han evner å kommunisere sin egen autenticitet i relasjoner med andre (155). "The continuum runs from a complete unwillingness to communicate self to the self as a rich and changing awareness of internal experiencing which is readily communicated when the individual desires to do so" (157).

3.3.4 Rådgivningsrelasjonen

Rogers ser relasjonen mellom rådgiver og klient som essensiell for menneskets vekstoppnåelse. Rogers teori er bygd opp omkring en sentral hypotese om at mennesket er autonomt, altså at det er i stand til å ta ansvar for sitt eget liv (Kvalsund, 2003: 14). I teorien ligger det derfor som et sentralt aspekt at makten i rådgivningsrelasjonen bør etterstrebes å ligge hos klienten, "it is the client who knows what hurts, what directions to go, what problems are crucial, what experiences have been deeply buried" (Rogers, 1961: 12). Derfor stiller Rogers (1961) opp hypotesen om hvordan han som rådgiver kan representere ("provide") en relasjon klienten kan velge å benytte seg av i sin vekstprosess (32), og hevder mennesket vil realisere sitt aktuelle potensiale idet denne relasjonen er preget av: "genuineness and transparency" (37), "warm acceptance and pricing of the other person as a separate individual" (38), "a sensitive ability to see the world and himself as he sees them" (38). Rogers (1961) benytter også kongruensbegrepet til å beskrive relasjonen mellom terapeut og klient. For sistnevnte viser han spesielt til betydningen av at terapeuten er kongruent, hvilket innebærer betydningen av at det han eller hun uttrykker står i samsvar med det han eller hun opplever og føler i den gitte situasjonen (51). "It has been found that personal change is facilitated when the psychotherapist is what he is" (61). Bakgrunnen for denne ærligheten ligger i følge Rogers (1961) i at behovet for å kjenne realiteten i en situasjon eller relasjon er av avgjørende betydning for at vekst skal kunne forekomme – "real relationships tend to change rather than to remain static" (18).

3.4 Jon Nygaard: Perspektiv på teaterhistorien

Jon Nygaards perspektiv på europeisk teaterhistorie er slik jeg ser det jfr. Kjelstadli (1999) en marxistisk oppbygd forståelse (68), hvor teateret deles inn i en offisiell og en uoffisiell sfære. Innenfor dette perspektivet vil man innenfor endringsprosesser i et samfunn finne endringer i de ulike teaterformene som samsvarer med endringer i det øvrige samfunnet. Statusgrupper på veg mot maktovertakelse vil representere seg selv med teaterformer bygget på en tidligere uoffisiell form, som i perioden før overtakelsen av makthegemoniet i en gjennombruddsfase presenterer en kritikk av det bestående. I følge Nygaard endrer disse teaterformene seg imidlertid etter hvert som de aktuelle samfunnsgruppene offisielt kommer til makten: da begynner teaterstykkene å representere konserverende holdninger, og benytter etter hvert sensur for å forsvare og bevare status quo (Nygaard, 1995a: 32-35).

3.5 Konstantin Stanislavskij

Den russiske skuespilleren og teaterlederen Konstantin Aleksejev Stanislavskij (1863-1938) la gjennom sitt arbeid og sine teoretiske verk grunnlag for en rekke samtidige og senere retninger innenfor drama og teaterfeltet (Branaas, 1999, Store Norske Leksikon). I boken *Skuespillerens arbejde med sig selv* (1998) tar han for seg skuespillerens innlevelse i arbeidet med rollen med en realistisk tilnærming (1).

3.6 Dario Fo

Den italienske skuespilleren, regissøren, forfatteren og teaterforskeren Dario Fo er kjent for sine humoristiske farsekomedier, samt for sin tilknytning til de folkelige teaterformene på den norditalienske landsbygda (Nygaard, 1996:198). Boka *Liten håndbok for teaterfolk* blir omtalt til å fungere som en alternativ teaterskole, hvor fremstilling av praktiske teaterteknikker har som hensikt å bryte med konvensjonene i det borgelige teateret (Falck, forord, i Fo, 1992).

4. Analyse

I analysen var jeg ute etter å finne ut av hvordan informantene hadde opplevd at å involvere seg i teaterarbeid hadde hatt en positiv innvirkning på deres opplevelse av sin egen personlige vekst. Jeg har valgt å fremstille de tre hovedkategoriene *Mennesker i verden*, *Veksthus for selvet* og *Uttrykksmediet* for seg med hver sin drøfting, før jeg til slutt gir de tre konklusjonene en avsluttende og sammenfattende drøfting som leder frem til den teorien jeg ønsker å utvikle med grunnlag i datamaterialet.

4.1 Mennesker i verden

Innenfor denne hovedkategorien har jeg samlet de underkategoriene som beskriver informantenes opplevelse av seg selv i verden, både før og etter at de begynte med teater. *Fremmedfølelse* var fremtredende i alle de tre intervjuene, og utgjorde raskt en tydelig kategori i materialet. Gjennom analysen ble det klart hvordan denne sammen med kategoriene *Behov for autentisitet*, *Selvsensur* og *Mestringsopplevelse* utgjorde et grunnlag for funnene i studien: de sier noe om hvordan informantene som individer opplever sine egne behov, og hvordan de ser på seg selv som en del av verden og velger å forholde seg til sine omgivelser. Eller mer presist, kategoriene beskriver de bestanddelene av disse perspektivene informantene velger å fortelle om, fordi de opplever at teateret har hatt en terapeutisk effekt på disse aspektene ved livet.

4.1.1 Fremmedfølelse

I intervjuene skildrer både Miriam, Martin og Merete hvordan de har opplevd å stå utenfor ”det normale”. Gjennom dette opplever jeg at det foreligger sterke beskrivelser av fremmedfølelse eller fremmedgjorthet i materialet. I intervjuene er dette sterkest representert i hvordan informantene beskriver å ”ha slitt” (Merete) gjennom det å ikke ha vært en av ”de normale” (Merete, Martin) og som pasienter innenfor psykiatrien eller ”systemet” (Miriam) i betydningen av institusjoner som barnevern eller NAV, ”jeg hadde på en måte ikke vanlige svar på vanlige spørsmål” (Miriam). Martin beskriver fremmedgjorthet knyttet til hvordan han opplever omverdenens reaksjoner på sin egen diagnose, en bipolar lidelse. Han forteller at han ofte får tilbakemeldinger om at ”folk har hørt at det er galskap”, og han beskriver situasjoner der han i møte med omverdenen har opplevd å føle seg stigmatisert.

At vedkommende nesten snakker babyspråk, for at stigmatiseringen... at de kanskje tror at jeg er syk, ufør, hvis jeg har en lidelse, ressurser, siden jeg ikke jobber så må jeg være ressurssvak... eh... Det er ekstremt! Ekstremt mye rart jeg har opplevd, og...

hvor jeg har følt at jeg har blitt fremmedgjort da, eller sett på som noe annet enn... enn... normal (Martin).

4.1.2 Behov for å være seg selv

På tross av at begrepet ikke var representert i intervjuguiden, var beskrivelser omkring opplevelsen av å *være seg selv* sterkt representert i samtalene. Informantene fortalte om behovet for å være seg selv slik en egentlig er, kontra problemene knyttet til å skjule sitt egentlige selv for omverdenen, samt muligheten for å være *mer seg selv* i enkelte settinger. De virket også svært opptatt av å gi utdypede og korrekte fremstillinger av seg selv ”Jeg blir så redd for å fremstille meg som noe jeg ikke er” (Miriam). Gjennom disse uttalelsene fant jeg konturene av en autenticitetskategori, da informantene slik jeg forstår materialet kommer med sterke beskrivelser av et autentisk ”selv” gjennom uttalelser som ”en har alltid med seg selv” (Miriam), ”vi er alle en fasit på oss selv” (Miriam), ”mer meg selv på scenen” (Martin). Merete beskriver å ha måttet avstå fra å fremføre tekster skrevet av andre, når hun opplever at disse tekstene ikke harmonerer med hennes egen opplevelse av seg selv.

Jeg klarte ikke å... lese den teksten jeg. Fordi... den var ikke min! (...) Altså, en tekst som jeg ikke klarte å stå for og ikke klarte å gjøre det ekte... jeg kunne ikke, det var ikke meg, så jeg klarte ikke, å spille eller fremføre en tekst som jeg virkelig ikke kunne kjenne meg igjen i i det hele tatt (Merete).

4.1.3 Selvsensur

Denne kategorien inneholder beskrivelser av å ikke leve ut, eller vise, sitt egentlige, autentiske selv i ”livet”. Merete startet sitt intervju med å fortelle om hvordan hun hadde ”spilt” hele livet, i et (etter formålet) vellykket forsøk på å fremstå som ”normal” innenfor en normalitetsdefinisjon som ikke hadde plass til hennes egne svingende og dramatiske følelsesuttrykk. ”Jeg greier å spille veldig godt og... og... spille... spille den normale i samfunnet.” (Merete) Ut fra dette ble jeg under kodingen av det videre materialet oppmerksom på hvordan de alle beskrev noe av det samme: noe de følte behov for å leve ut, men som de opplevde at ”verden” ikke hadde rom for. Informantene beskriver først og fremst å sensurere egne følelser, og spesielt uttrykkene for disse. Martin beskrev denne sensuren sett opp imot en omverden han opplevde var preget av en kultur der følelsene er skilt fra intellektet, og bare intellektet er ”godtatt” i offentligheten. ”... man uttrykker seg mer med intellektet, det verbale, i større grad enn at man utagerer en følelse, det er litt sånn mer unorsk som jeg kaller det” (Martin). Merete beskrev hvordan hun i barndommen var blitt beskyldt for å være en ”god skuespiller”, i negativ betydning, når hun opplevde og uttrykte sterke følelser.

Disse opplevelsene beskrev hun hadde medført et ”spill” frem til voksen alder der et sensurert godtatt ”utadansikt” og et autentisk skjult ”innadansikt” var representert.

... hvis man har hatt litt ekstra sterke følelser og vært litt dramatisk, så har jeg fått høre at da... ”jeg var en veldig god skuespiller” da, men det var jo ekte. Det var jo ekte, det var jo ekte følelser jeg hadde, vet du, som var. Og da husker jeg veldig godt at alle sammen sa jeg var så veldig god skuespiller. Og da husker jeg at jeg tenkte: ”Men... det var meg”! Sånn, i forhold til... Og jeg fikk jo høre at jeg var en god skuespiller jeg. Men jeg var aldri med i noe sånt skolespill... (Merete).

Miriam beskrev også bestemte følelser hun hadde problemer med å uttrykke på tross av at hun opplevde å ha dem, det være seg ”sinne” og ”entusiasme på andres vegne” (Miriam). Hun mener det ”nok er noe undertrykt som får lov til å komme frem” (Miriam) når hun beskriver sin opplevelse av å få uttrykke disse følelsene i teaterarbeidet. Sentralt i kategorien kommer spesielt beretningene om å sensurere følelser knyttet til egen lidelse: ”Skjule ... smerte... skjule... at en har det vondt.” (Merete). Miriam og Martin beskriver først og fremst lidelsessensuren indirekte, gjennom beretninger om behov for å spille ut lidelsen gjennom teateret. Miriam forteller om en melankolsk, mollstemt, Leonard Cohen-aktig” side hos seg selv, som hun forteller at svært få av hennes medmennesker kjenner til, og Merete beskriver å ”ikke ville ha” sine egne vanskelige følelser.

Jeg har måttet holde balansen, ikke vise noe utad. Jeg har jobbet, jeg har hatt... har hatt et liv utenom. Og det har vært viktig for meg å skjule at jeg har vært sårbar. Det har jeg ikke taklet å vise. Ikke til noen. Ikke vise sårbarheten. Så jeg har... Skjult det inni meg. Hatt veldig indre smerter. Men... utad klart meg veldig bra, sånn sett at ingenting er... ingenting er observert. (...). Jeg har vært velfungerende. For har jeg vært sliten, så har jeg tatt det inn i helgene og på kveldene, men fungert i jobben og sosialt (Merete).

Miriam og Merete beskrev imidlertid også å sensurere sitt eget behov for lek overfor omverdenen – i ”livet”. Slik beskriver de også å sensurere uttrykk for følelser de opplever som positive.

Jeg kan liksom ikke gå ut på gata, eller, jeg kan gjøre det, men jeg vil jo bli sett veldig rart på hvis jeg drar ut og kjører akebrett for eksempel, nå. Altså, det gjør jeg jo ikke, selv om jeg sikkert kunne tenkt meg å gjøre det, så gjør jeg jo ikke det” (Miriam). ”Jeg liker når det er snø, da har jeg lyst til å... jeg må ha noen tantebarn eller unger så det ikke ser så vanvittig rart ut at jeg er ute og aker (Merete).

4.1.4 Mestringsopplevelsen

Informantene beskriver at teaterarbeidet har hjulpet dem med å endre egne selvbilder. De beskriver en sterk opplevelse av mestring tilknyttet teaterarbeidet, manifestert i form av stolthet og seiersfølelse i etterkant av en scenefremføring ”å ha greid å stå i det” (Merete), ”... den første tingen jeg har greid å fullføre i hele mitt liv. Og det var jo en veldig seier i seg selv”

(Miriam). Martin beskriver også at han gjennom teaterarbeidet har blitt oppmerksom på at han mestrer teaterarbeidet uavhengig av egen psykiske helsetilstand. Som han sier: "... jeg har aldri vært på en måte såkalt ufør, for dårlig til å klare å jobbe med scenekunst. Av en eller annen grunn." (Martin). Miriam forteller samtidig at teateret har hjulpet henne med å "tørre", og at hun har blitt "tøffere". Nå takker hun blant annet ja til tilbudte oppdrag som foredragsholder "(...) det har jeg ikke gjort før, og jeg har fått spørsmål om det mange ganger før. Og da har jeg hatt veldig lyst, og veldig behov for å gjøre det, men jeg har ikke turt." (Miriam). Nå beskriver hun imidlertid å ha funnet en mestringsstrategi som gjør fremføringene lettere å gjennomføre:

Min måte er å... på en måte ikke blotte meg selv, men på en måte blotte meg selv helt. Hvis jeg er på en forelesning eller... Så starter jeg med å si at dette er veldig skummelt. Og så er det greit etterpå. Fordi at da har jeg på en måte... da vet alle sammen det! Og da blir det mer sånn, da får du sympati med en gang! (Miriam).

4.1.5 Drøfting *Mennesker i verden*

Informantene fant det vanskelig å beskrive direkte hvordan teateret hadde påvirket deres *personlige vekst*. Derfor valgte jeg å legge vekt på mer indirekte beskrivelser i intervjuene av positive opplevelser knyttet til teateret, samt mer generelle refleksjoner omkring både teaterverktøyet og dem som mennesker. I analysearbeidet valgte jeg å samle de underkategoriene som omhandlet informantenes fortellinger om sin væren i verden i en hovedkategori, for å se om kategoriseringen kunne avdekke vekst i beskrivelsene. I denne drøftingen ønsker jeg å se underkategoriene *Fremmedfølelse*, *Behov for å være seg selv*, *Selvsensur* og *Mestringsopplevelse* i lys av Janssens (1974) teori om outsiderperspektiver, sensurholdninger og integrasjon, samt Rogers (1961) teori omkring utviklingen av en autentisk identitet. Slik ønsker jeg å se hva hovedkategorien *Mennesker i verden* kan fortelle om informantenes forhold til seg selv og omgivelsene, samt finne ut av hva slags utviklingsprosess de beskriver å ha opplevd gjennom teaterarbeidet.

I *Fremmedfølelse* beskriver informantene en opplevelse av å være eller bli behandlet som annerledes enn andre gjennom sin posisjon som psykiatriske pasienter. I kategorien beskriver informantene en opplevd inndeling av verden mellom dem selv og andre, og kan ut fra dette beskrive alienasjon manifestert i form av splittelse mellom selvet og verden (Ivey m.fl, 2007: 258), eller mer bestemt mellom en opplevd normalitet og dem selv som autentiske individer. I lys av Janssen (1974) kan disse beretningene sees som outsiderposisjoneringer,

hvor det fenomenologiske utgangspunktet for begrepsdefinisjonen lar outsideren være den som opplever seg selv som annerledes samt erkjenner denne opplevelsen.

I kategorien *Behov for å være seg selv* beskriver informantene opplevelsen av å ha et *selv* som det synes viktig å forholde seg til med en ærlig tilnærming. Disse beskrivelsene kan falle sammen med Rogers (1961) betoning av et autentisk væren i verden "It seems extremely important to be real" (33), og hans beskrivelse av selve meningen med livet "to be that self which one truly is" (166), en eksistensialistisk idé (Kramner, 1995: xi) han deler med Janssen (1974) "I paradiset var människorna nakna: de var sig själva" (172). Kategorien *Selvsensur* kan slik representere en motsats til den forrige kategorien, hvor informantene i lys av både Janssen og Rogers kan sies å fortelle om sensur av egen autenticitet gjennom undertrykkelse, eller til og med avvisning av egne behov. Bakgrunnen for selvsensuren kan i lys av både Janssen og Rogers forklares gjennom alienasjon eller fremmedfølelse, hvor informantene når de opplever diskrepans mellom egen autenticitet og det bestående holder de autentiske behovene tilbake til fordel for en tilpasning til status quo eller "normalen". I Janssens perspektiv kan informantene sies å beskrive sin opplevelse av "normaliteten" gjennom beskrivelsene av sin egen sensur. Informantenes indirekte beskrivelse av smerte som spesielt "avvikende", samsvarer i så måte med Janssens sensurperspektiv med sitt fravær av lidelse. De sensurerte følelsene og den bortgjemte leken er samtidig hva Levine (1992) definerer som dionysiske perspektiver, og Martins beskrivelse av en opplevd samtid som vektlegger rasjonalitet fremfor følelsesuttrykk, og det verbale fremfor det kroppslige og uttrykksbaserte, samsvarer med Levines verdensbilde hvor man vil kunne si at Martin beskriver en apollisk verden preget av enlightenmentbevegelsens rasjonalitet. Beskrivelsene samsvarer også med Janssens (2004) funn, der outsiderne jamfør Jungs personlighetstypologi i stor grad var intuitive følelsesmennesker, mens sensurvennene foretrakk rasjonelle tilnærminger (201). Normalitetsbeskrivelsen i *Fremmedfølelse*, hvor informantene opplever alienasjon med bakgrunn i sin status som psykiatriske pasienter, underbygger også en opplevelse av status quo jamfør Janssens sensurperspektiv hvor fraværet av psykisk lidelse synes markant.

Selvsensuren kan altså representere en tilpasning. Janssen (1974) forklarer denne undertrykkelsen av autentiske behov med bakgrunn i den ensomhetsfølelsen fremmedfølelsen genererer. I et humanistiskeksistensialistisk perspektiv kan hendelser være med på å fremskaffe følelser av anderledeshet (Ivey mfl, 2007:282), og i *Selvsensur* beskriver Merete en slik situasjon hvor hun som barn fikk negativ respons på uttrykk for ekte følelser. I følge både Janssen og Rogers valgte hun å undertrykke sine egne autentiske behov og "spille velfungerende" fordi hun som barn også hadde behov for kjærighet fra viktige andre, og for å

vinne denne kjærligheten måtte hun leve opp til de kravene omverdenen stilte (Janssen, 1974: 98), (Rogers, 1961: 168). Kategorien presenterer samtidig en form for alienasjon som ikke blir beskrevet under *Fremmedfølelsen*: de interne splittelsene i mennesket mellom selvet og egen autenticitet, i dette tilfellet de autentiske følelsesopplevelsene (Ivey mfl 2007: 258). I dette perspektivet kan Meretes avvisning av egne sterke følelsesopplevelser som voksen – ”ville ikke ha dem”- ha sammenheng med at hun i barndommen begynte å avvise sine egne følelser fordi omverdenen gjorde det samme. Informantene beskriver selvsensuren som problematisk, hvilket faller sammen med både Janssen og Rogers teoretiske perspektiver: å ikke handle i samsvar med selvet vil bli problematisk for individet. ”Människan kan inte ostraffat frigjöra sig från sig själv och gå in i en artificiell förklädnad” (Janssen, 1974: 172). “In my relationships with other persons I have found that it does not help, in the long run, to act as though I were something I am not” (Rogers, 1961: 16). I et slikt perspektiv kan det være interessant å sammenlinke ”utadansiktet” (Merete) med Janssens Persona og Rogers Ideal Self. Merete forteller at hun var i ferd med å ”miste seg selv”, og i følge Janssens vil mennesket kunne oppleve et identitetstap når det går så opp i det det forestiller seg å være at det fullstendig fortrenger sine autentiske følelsesopplevelser. I følge Janssen(1974) vil jeget utarmes i denne posisjonen, fordi store deler av det er avskjermet til ubevisst ensomhet (111 – 112, 172, 232).

Kategorien *Mestringsopplevelse* inneholder beskrivelser av hvordan teaterarbeidet har ført med seg forbedret bevissthet omkring egen arbeidskapasitet og egne evner. Slik jeg tolker den viser kategorien at informantene har forbedret sin måte å være i verden på. ”Væren i verden” er et essensielt perspektiv innenfor eksistensialismen (Ivey m.fl, 2007: 257), og på denne måten kan informantene fortelle om forbedret ”væren i verden” gjennom involvering i teater i form av økt deltakelse i offentlige settinger, økt initiativ og forbedret kontakt med omverdenen. Jamfør Janssen indikerer dette et integrert perspektiv. Den integrerte outsideren lar ikke bare være å skjerme av sine egen opplevde anderledeshet, han lykkes også med å handle ut ifra det utgangspunktet at disse opplevelsene forekommer både hos seg selv og hos andre (Janssen, 1974: 54) slik Miriam gjør i sin mestringsstrategi der hun viser seg selv slik hun er overfor tilhørerne.

I Janssens teori avhenger forholdet mellom selvsensur og fremmedfølelse av integrasjonsnivå. Individet går fra total avskjerming (sensurvenn), til observert diskrepans (outsider) til bevisste valg/ medlevelse (integrert outsider). De analyserte underkategoriene inneholder jamfør Janssen beskrivelser på ulike integreringsnivå. *Fremmedfølelse* er satt sammen av beskrivelser knyttet til to ulike begreper, både *fremmedfølelse* og *fremmedgjorthet*

(”stigmatisering”), hvor *fremmedfølelse* beskriver en opplevelse av å være annerledes enn andre, mens *fremmedgjorthet* beskriver en opplevelse av at andre feilaktig behandler en selv som annerledes. De to begrepene forholder seg dermed ulikt til en eventuell normalitetsdefinisjon, idet fremmedfølelsen indikerer eksistensen av en normalitet definert gjennom ens egen manglende tilhørighet, mens fremmedgjortheten indikerer en annen normalitetsdefinisjon gjennom opplevelsen av at andres utdefinering av en selv er feilaktig. På denne måten kan de to begrepene jamfør Janssen vise to ulike nivåer av bevissthet, og med det representere ulike nivåer av integrasjon der fremmedfølelsen kan sees å beskrive et mindre integrert perspektiv enn beskrivelsene av opplevd stigmatisering. Ulikheten i tid kan også være interessant i forhold til ulikhetene i integreringsnivå: Beretningene om fremmedfølelse fortelles i preteritum, fremmedgjøringen i presens. Kategorien *selvsensur* utgjøres også av både nåtidige og fortidige fortellinger, som slik jeg ser det jfr. Janssen også kan indikere ulikhet i integrasjonsnivå: Meretes beskrivelse av en tidligere fullstendig avvisning av selv – “ikke ville vite av” kan i lys av Janssen sies å representere et uintegrert outsiderperspektiv. Et langt mer integrert perspektiv kan isåfall finnes i de nåtidige beskrivelsene av hennes planer for å finne utløp for eget behov for lek gjennom å “finne noen barn” (Merete). *Behov for autentisitet* og *Mestringsopplevelse* blir på sin side eksempler på integrerte perspektiver hos informantene, der de både verdsetter seg selv og ytrer et ønske om å leve kongruent med sin egen autentisitet. Miriams beskrivelse av sin egen mestringsstrategi blir med dette et eksempel på integrering i praksis, en beskrivelse av hvordan å være seg selv også blant andre.

Det er kun outsideren som ser sin egen alienasjon, idet det først er på dette trappetrinnet at diskrepansen mellom selvet og persona kan registreres som annet enn uvirkelighet (Janssen, 1974). I et slikt perspektiv berettes informantenes fortellinger fra et integrert retrospektiv. Det er jamfør Janssen kun mulig å se og anerkjenne sin egen fremmedgjorte posisjon fra det fjerde trappetrinnet – fra vekstmodellens toppunkt. I et slikt perspektiv kunne informantene umulig ha fortalt disse historiene om opplevd egenvekst med mindre denne veksten hadde forekommet. På denne måten kan kategorien *Mennesker i verden* med underkategoriene sett i sammenheng bli en beskrivelse av en ønsket bevegelse: Fra å skulle fremstå som en annen til å kunne være seg selv, fra å tilpasse seg selv til omgivelsene til å i like stor grad tilpasse omgivelsene til seg selv, fra en jamfør Janssen fremmedgjort til en integrert posisjon. Informantenes beskrivelser kan med dette indikere at arbeidet med teateret kan ha ført med seg en integrativ prosess. Denne prosessen stemmer også overens med Rogers (1961) utviklingsmodell, hvor det autentiske mennesket gått gjennom en utviklingsprosess der det både har blitt kjent med og lært å elske seg selv på en

slik måte at det er i stand til å erkjenne alle sider ved både seg selv og andre og leve en kongruent tilværelse, altså en ærlig orientert tilværelse hvor selvet leves ut fremfor å sensureres. Ivey m.fl (2007) beskriver denne prosessen som "Existential commitment", en tilstand som manifesteres når "a person makes a decision to consciously and intentionally act in the world" (259).

4.1.5.1 Konklusjon

Miriam, Martin og Meretes fortellinger kan i dette perspektivet være beskrivelser av vekst, ifra et inautentisk "spillorientert" væren i verden, til en mer autentisk tilnærming til seg selv og andre - både oppnådd gjennom et sterkere kjennskap til eget selv, men også gjennom et sterkere kjennskap til "normaliteten". Med dette velger jeg å konkludere drøftingen av kategorien *Mennesker i verden* med at underkategoriene *Fremmedfølelse*, *Behov for å være seg selv*, *Selvsensur* og *Mestringsopplevelse* samlet sett utgjør en beskrivelse av vekst – fra avskjerming av følelser og forsøk på å opprettholde en "normalitet" i et ideal konstruert ut ifra en oppfatning av andres forventninger, til en autentisk posisjon der de både kjenner til og verdsetter seg selv slik de i virkeligheten er og opplever muligheten til å velge å leve som seg selv også blant andre.

4.2 Veksthus for selvet

Informantene beskriver å ha opplevd at teaterarbeidet har hatt terapeutisk effekt, og bekrefter at teateret har vært et viktig understøttende element for deres vekstprosess. "Jeg måtte komme meg på beina igjen. Og det ble teateret et veldig fint hjelpemiddel for" (Merete). "(...) det er jo steder hvor jeg er nå hvor jeg ikke ville vært uten teateret" (Miriam). "Og i stor grad så har jeg vel det bedre generelt sett nå i livet... altså mye takket være at jeg har holdt på med teater og scenekunst." (Martin). I hovedkategorien *Veksthus for selvet* har jeg samlet beskrivelsene av hvordan teateret har påvirket informantenes personlige vekst på et indre plan, mot en forsterket selvforståelse og utviklingen av et autentisk selvbylde. Veksthusbegrepet er lånt fra faget for plantedyrking, og betegner en opprettelse av et kunstig rom med regulert klima hvor vekstvilkårene er bedre enn ute i naturen. Dette faller sammen med hvordan informantene beskriver teaterverktøyet ved bruk av begreper som "min arena" (Merete), en "mulighet" (Miriam) og "det rette element" (Miriam), hvor de beskriver teaterarbeidet til å representere en avgrenset sone hvor personlig vekst har lettere for å finne sted enn i "livet" (Martin).

Slik jeg tolker datamaterialet beskriver informantene at teaterverktøyet gir rom for å være seg selv slik en er. De beskriver å uttrykke sin autenticitet på scenen gjennom å være "en konsentrert versjon av meg selv" (Martin) og "mer seg selv" (Merete) på scenen enn ellers i livet. Merete forteller at scenen var det første stedet hvor hun la vekk masken eller "utadansiktet", og viste seg selv som hun selv var, uten å "spille". "Og det er vel det som gjorde at jeg syntes det ble veldig godt å komme til teateret. For det å ikke skjule mer." (Merete). Merete mener at teateret har "hjulpet til med å tørre å komme ut", "av skapet". På denne måten kan informantenes uttalelser fortolkes i retning av at teaterverktøyet bringer med seg en mulighet til å slippe sensur. Alle de tre informantene beskriver å kunne leve ut ting på scenen som "livet" ikke har plass til. I følge Miriam gir det å gå inn "i rolle" og være "noen andre" på scenen et større handlingsrom: "Det er ikke noe som er feil egentlig" (Miriam). I følge Martin er det en forskjell på scenen og livet, idet livet oppleves som sterkt intellektualisert, mens scenen har rom for "følelser det ikke er plass til" og er et sted hvor han kan "la følelsen være uttrykket" fremfor å "uttrykke denne verbalt" slik han beskriver å helst skulle gjøre i "livet".

Martin beskriver samtidig teaterarbeidet som en "ventil" for "å få ut ting". Han forteller at han skaper på grunnlag av det han til enhver tid opplever, og gjennom denne virksomheten evner å mestre sin egen hverdag. "Å skape tror jeg nesten at jeg er avhengig av" (Martin). Han beskriver å bearbeide både gode og vonde følelsesopplevelser på denne måten, og han beskriver å oppleve en "forløsning" gjennom det kunstneriske arbeidet:

Jeg føler meg forløst, altså, hvis det har vært en tung periode eller noe trist eller alvorlig jeg har opplevd, så... så føler jeg at det å skape noe, på grunnlag av det, og den inspirasjonen jeg har fått av det, med for eksempel trist, det er det å skape noe på grunnlag av det det gjør at... det virker terapeutisk for meg altså, det letner tilstanden eller følelsene mine" (Martin).

Slik jeg tolker det beskriver informantene også teatret som et verktøy for utvikling av det autentiske selvet. Miriam forteller at hun gjennom teaterarbeidet får "utfordret seg selv", og både hun og Merete beskriver å ha oppdaget nye sider ved seg selv gjennom teaterarbeidet. Merete har oppdaget et komisk talent hos seg selv: "Her kom det gradvis det at jeg egentlig, ikke sant, likte komiske roller. (...) Og at jeg synes det er morsomt å være morsom" (Merete). Miriam beskriver samtidig hvordan de ulike personlighetsfragmentene hun finner gjennom teateret alltid har vært en del av henne selv:

... jeg har (...) ikke alltid vært den jeg er nå, men jeg har på en måte alltid vært den jeg er nå, men det har ikke fått komme frem. (...) Jeg har hatt så dårlig tro på meg selv og dårlig selvbilde at jeg har på en måte hatt veldig stort problem med å tro at det jeg mener og synes på en måte er verdt noe. (...) Det har jo alltid ligget i meg, men at nå vises det

kanskje mer til omgivelsene. (...) Så er det jo steder hvor jeg er nå hvor jeg ikke ville vært uten teateret, men jeg tenker at det har jo ligget i meg for det, men det har hjulpet meg med å få det ut, på en måte (Miriam).

4.2.1 ”To ting”: Selvet en helhet av polariteter

I intervjuene gav informantene flere beskrivelser av polaritetsforhold i sin opplevelse av teateret samt polariteter i sitt eget selv, gjerne beskrevet som paradokser eller ambivalenser. Ingen av dem beskriver ”enten, eller”, men ”to ting” (Merete), ”ja, polariteter, om du vil” (Martin) – sammen. ”Jeg synes det går veldig inn i hverandre” (Martin). Miriam forteller at hun opplever seg selv som en person som ikke er glad i fokus, men som samtidig opplever å ha et sterkt behov for å formidle det hun er opptatt av fra scenen. Dette opplever hun som ”ironisk” (Miriam). Både Miriam og Martin beskriver ambivalens i forhold til selve teateret gjennom ulystfølelse i forbindelse med øvingsperioden og nervøsitet i forkant av fremførelsen, kombinert med en sceneopplevelse preget av gode følelser.

”Jeg hatet øvelsene sånn, det var... selv om jeg elsket å holde på med teater” (Miriam).

”... jeg kan bli veldig nervøs. Og da har jeg det... og da husker jeg sist at jeg tenker: Hvorfor utsetter jeg meg for dette gang på gang på gang... på gang? (...) Men så kommer jeg på scenen, og da føler jeg en forløsning, når jeg begynner å spille, lese eller spille teater, som er... veldig forløsende, veldig deilig ” (Martin).

Vekstbeskrivelsene kjennetegnes samtidig av at de har en sterk refleksiv karakter. Merete beskriver hvordan hun fant svar på egne ubesvarte spørsmål som tilskuer til en annens fremførelse av hennes tekst. ”Av meg selv, jeg forsto hva den monologen handlet om” (Merete). Miriam forteller samtidig om hvordan hun opplever terapeutisk effekt av å involvere seg i karakterer som sosialarbeider eller psykolog, for på den måten å oppleve hvordan det er å være ”på den andre siden” av der hun er ”i livet”. Hun beskriver selvets rolle i disse prosessene: ”som, i den teatergruppa da, så er jeg ikke noen andre. Der er jeg jo meg selv også. Men. Jeg er noen andre likevel” (Miriam). Grunnlaget for den vekstprosessen Miriam opplever finner sted i teaterarbeidet, beskriver hun som ”samspillet med seg selv”. ”Uansett om man spiller en rolle, altså, uansett hvor man er hen, så har man med seg selv. (...), for det går ikke an å ikke bli påvirket av det.” (Miriam).

Informantene beskriver ikke bare scenen som et fristed der det er rom for å leve ut alle typer følelser, også dem ”livet” ikke har plass til, de beskriver også scenen som et sted som åpner for refleksjon og bevissthet. Martin, som benytter teateret til å fungere i hverdagen med en bipolar lidelse, forteller at irrasjonelle emosjoner oppleves som mer meningsfulle når de uttrykkes, gjennom at han skaper et konkret produkt av dem. Slik får han ”tenkt det

emosjonelle” (Martin). Miriam beskriver også scenen som et sted hvor ”rollen” får lov til å ha hovedfokus, slik at det som gjøres på scenen blir mer bevisst og mindre automatisert enn i livet generelt.

Intervjuer: Men... men... du føler at det er... et motsetningsforhold, er det slik jeg oppfatter deg da, når du sier at det er irrasjonelt? I forhold til at det blir mer meningsfylt når du uttrykker det?

Martin: Ja, det blir jo mer... Det irrasjonelle blir jo mer konkret på en måte i... på den måten at det blir et konkret produkt av det da. (...) Det blir en konkret låt, eller det blir en konkret tekst, eller et konkret uttrykk for scene. Som er... det er jo noe konkret for, i motsetning til en irrasjonell inspirasjon fra et... som jeg var innom i stad som var utgangspunkt for at... jeg produserer da. Jeg får tenkt det emosjonelle da holdt jeg på å si, slik at jeg rett og slett føler meg bedre... (Martin)

... også når jeg, når jeg skaper eller lager, viser, noe som et resultat av at jeg er veldig glad, eller jeg har opplevd noe veldig fint, så virker det veldig forløsende. Det holder meg i balanse, på en måte, emosjonelt (Martin).

4.2.1.1 Polaritetene i teateret

Alle informantene beskriver sin opplevelse av teateret som todelt, altså delt i to polariserende uttrykk både med hensyn til formål og typer av innlevelse i spill. Ingen av informantene beskriver de to uttrykkene likt, men har alle sine personlige variasjoner av inndelingen. Likevel fant jeg det interessant å lage en todelt kategori av beskrivelsene, vel vitende om at jeg på denne måten forsøker å forstå materialet gjennom den kunstige inndelingsrammen som er vanlig innenfor teaterteorien. Det varierer for eksempel svært mye i hvilken grad informantene opplever at begge polariteter har terapeutisk effekt, eller om de ”bare” ser på teaterformene som morsomme. Et av de elementene som står sterkest i beskrivelsen av polaritetsforholdet, er imidlertid slik jeg tolker materialet at de to delene fungerer sammen, gjennom at de prosessene som skjer innenfor begge ytterpunkter i et helhetsperspektiv alle er viktige for den personlige utviklingen.

4.2.1.1.1 Å leve rollen

Maria forteller at hun etterstreber å bli ett med rollen slik at hun til slutt opplever de følelsene hun uttrykker gjennom karakteren som sine egne. Hun beskriver å helst ville ”leve” rollen, fremfor å ”spille” den. Jeg har valgt å la å ”leve” rollen være begrepet som beskriver den ene siden av polariteten, fordi alle informantene beskriver den ene siden av polariteten som en form for ekte innlevelse der de beskriver å oppleve de følelsene eller sinnsstemningene som er knyttet til det materialet de fremfører. Denne innlevelsen kan knyttes opp mot at de forsøker å bli ”ett” (Miriam) med en rollekarakter, men beskrives også i form av å bli ”ett” med de følelsene som ligger i det materialet som uttrykkes, slik Martin gjør

når han fremfører materiale laget på grunnlag av sinnsstemninger, eller å være ”bare” seg selv på scenen – helt autentisk uten noen form for ”spill”, slik Merete gjør idet hun kommer ”ut av skapet” foran ”samfunnet” på scenen.

4.2.1.1.2 Spilleriet

Denne typen spill har fått navn etter Meretes beskrivelse. Innenfor denne formen beskriver hun å ikke involvere seg i de følelsene den rollen hun spiller måtte ha, og beskriver et spill hvor hun forsøker ”å holde maska”. Hun beskriver samtidig dette uttrykket som et sterkt kroppslig uttrykk, kjennetegnet av en tydelig ansiktsmimikk. Innenfor denne siden av polariteten ”spilles” rollene, for å benytte et begrep lansert under prøveintervjuet med Maria. Alle de tre hovedinformantene beskriver denne kategorien med adjektiver som ”morsomt” (Merete), ”artig” (Miriam) og ”lystbetont” (Martin), de knytter den opp mot ”spontanitet” (Martin) og ”lek”(Miriam, Martin, Merete), og de beskriver at den benyttes i teatersport, (revy)sketsjer, lekpreget aktivitet og ”tull og tøys” (Merete). De beskriver også spillformen som humoristisk.

4.2.3 Drøfting *Veksthus for selvet*

I *Mennesker i verden* forteller informantene om vekst gjennom teateret: fra et fremmedgjort til et integrert selv. I hovedkategorien *Veksthus for selvet* har jeg samlet de underkategoriene som kan vise teaterets evne til å fasilitere vekst på et personlig plan, i betydningen et sterkere kjennskap til og utvikling av eget selv. I denne drøftingen ønsker jeg å se på hvordan informantene opplever at teateret har hjulpet dem med å avdekke og utvide sin forståelse av egen autenticitet, og se uttalelsene i lys av Rogers, Janssens og Levines teoretiske perspektiver på selvets utvikling og kunstens bestanddel i denne. I drøftingen av underkategoriene *To ting: selvet en helhet av polariteter* og *Polaritetene i teateret* ønsker jeg samtidig å utforske hvordan informantene beskriver teaterets evne til å fasilitere vekst mot en helhetlig selvforståelse og analysere i lys av teaterteori.

I hovedkategorien *Veksthus for selvet* er veksthuset metafor for en vekstarena hvor forholdene for utvikling er bedre enn i de øvrige delene av livet. Jeg finner det interessant å se disse fortellingene i lys av rådgivningsrelasjonen slik den er beskrevet av Rogers (1961). Denne teorien bygger på at mennesket selv vil inneha disposisjoner til å vokse i positiv retning såfremt de riktige forutsetningene blir gjort tilgjengelige. Hos Rogers utgjør selve relasjonen mellom rådgiver og klient et slikt positivt ”rom i rommet” der forutsetningene gjøres optimale for å fremme den personlige veksten. I følge Rogers (1961) er de viktigste

bestanddelene i denne relasjonen aksept og autentisitet fra rådgiverens side: "a genuineness and transparcy, in which I am my real feelings, by a warm accepting and prizing of the other person as a seperate individual" (37 – 38). Dette stemmer overens med hvordan informantene beskriver teatret hvor de autentiske behovene synes å ha sterkere muligheter enn i det øvrige livet. Informantene beskriver samtidig teateret som en utfoldelsesarena hvor "det normale" synes opphevet, i lys av Janssen (1974) frigjort fra "status quo". Slik jeg fortolker materialet gir teatret rom for det sensurerte i tilværelsen: Den dionysiske leken, lidelsen og det emosjonelle. Når Martin beskriver "å la følelsen være uttrykket" kan han i dette perspektivet tolkes å beskrive hvordan teateret kan la den apolliske rasjonaliteten være fraværende for en periode når dette er ønskelig.

Martin beskriver samtidig en opplevelse av å være avhengig av "å skape". Janssen (1974) stiller opp hypotesen om at å skape er "sjelens sentrale behov" (212) og hevder det vil gå ut over selve menneskets velbefinnende om det ikke skal få utløp for sin trang til å skape. Han viser til Otto Rank, som hevder at psykoterapiens oppgave ikke er å gjøre nevrotikeren veltilpasset, men skapende (215, 234). Dette stemmer også overens med Levines (1992) perspektiver, som ser menneskelig eksistens som poetisk eksistens. Han hevder at mennesket transcenderes gjennom den kreative prosessen til å mer enn ellers blir menneskeligheten innenfor seg selv, slik informantene beskriver å være når de er "mer seg selv på scenen". Sett i lys av Levine kan Miriam og Meretes beskrivelser av å oppdage nye sider ved seg selv i teaterarbeidet være beskrivelser av hvordan teateret har blitt et uttrykksrom for presentasjon av selvet. Levine (1992) hevder at "The use of expressive arts in psychotherapy is thus a restoriation of helaing into its original source: "the imaginal depths of the soul." (4).

the expressive act reveals a possible significance of the situation that previously lay hidden and unformed. By telling my story, for example, I do not repeat what I allready know. Rather, I bring into being a latent and potential meaning that requires my assistance in order to be born (Levine, 1996: 135).

Ut fra dette kan teaterarbeidet som kunstnerisk aktivitet kunne forklares å ha vært en katalysator for restaureringen av informantenes selv.

Kategorien *To ting: Selvet en helhet av polariteter* ble utarbeidet med utgangspunkt i teoristudier. Slik jeg ser det ligger det i denne underkategorien informasjon om ytterpunkter beskrevet som fragmentariske deler av en større helhet, hvorav alle utgjør viktige bestanddeler av det informantene beskriver som sitt autentiske selv. I følge Levine (1992) er det vanskelig for mennesket å være i verden, å leve eller "do", uten å oppleve "unity" eller helhet (19). "Unity is the integration of a dis-integrated totality, the overcoming of alienation" (18). I hans perspektiv er helbredelse "healing" – å gjøre h el (131) – å bli helheten innenfor seg selv, på

samme måte som Janssen (1974) fra Jung hevder libido vil forsøke å gjenopprette balanse i selvet hvis en polaritet nærmer seg overforbruk. Paradoksene Miriam beskriver kan også analyseres i lys av dette, hvor hun kan sies å ha en innadvendt preferanse men samtidig et sterkt behov for å leve ut sin sekundære utadvendte side. I følge Levine (1992) er det samtidig viktig å anerkjenne lidelsens betydning i det menneskelige væren: ingenting er bare godt. Dette kan igjen sees i sammenheng med informantenes beskrivelser av teatret som preget av ulyst og gledesfølelser til samme tid. I dette perspektivet kan ambivalensen og paradoksene i informantenes beskrivelser forklares med at de som mennesker har behov for hele perspektivet og at denne helheten restaureres ved å opprette kjennskap til motsetningsforhold i eget selv. Martins beskrivelse av hvordan skaping på grunnlag av irrasjonelle emosjonelle opplevelser kan virke terapeutisk gjennom den objektiviseringen handlingen medfører, kan derfor jamfør Janssen bli et eksempel på hvordan mennesket har behov for hele perspektivet, både det intuitive og rasjonelle i en og samme person.

I underkategorien *Polaritetene i teateret* kan informantene sies å beskrive hvordan teateret for dem er preget av to polariserende former som begge er tilstede i deres positive opplevelse av teaterverktøyet. Å *leve rollen* kan representere den realistiske skuespillertradisjonen slik den ble utviklet av Konstantin Stanislavskij (Nygaard, 1995b: 180), der skuespilleren etterstreber å bli ett med karakteren i en slik grad at følelser, opplevelser og konflikter hos rollene oppleves som skuespillerens egne – eller er skuespillerens egne, slik tilfellet er i Meretes beskrivelser. Formålet med denne formen hevder Stanislavskij (1998) er å skape et virkelig liv for den menneskelige ånd, og med det fremstille sjelelivet fremfor fokus på beretninger om menneskets liv i ytre former (28). Slik kan denne spillformen sies å være kjennetegnet av nærhet til, eller identifisering med, følelsen. I *”Spilleriet”* beskriver informantene en lekpreget spillform som kan sammenliknes med Dario Fos perspektiv på skuespillerkunst, utviklet med bakgrunn i folkelige komedier og farser som i motsetning til den realistiske tradisjonen er kjennetegnet av et kroppslig uttrykk og avstand til følelsen (Nygaard, 1996: 197). I følge Nygaard (1995a) kjennetegner denne karakteristikken de fleste teaterformene innenfor det uoffisielle teateret med sin vekt på roller og masker framfor individer (33). De to teaterformene polariserer altså hverandre gjennom å representere henholdsvis ånd og kropp. De uoffisielle formene ”spilleriet” kan sammenliknes med er samtidig jamfør Nygaard kjennetegnet av nærhet til Dionysos. Realismen er på sin side kjennetegnet av regelorienterte idealer fra klassisismen: tiden, stedets og handlingens enhet, og representerer med det en apollisk tilnærming. I tillegg kan det med utgangspunkt i en terapeutisk tilnærming til katarsis, som et fenomen som kan forekomme hos skuespilleren

ikke bare i publikum (Branaas, 1999: 162), være interessant å se på hvordan de to spillformene forholder seg til to ulike katarsisdefinisjoner. Å *leve rollen* kan sees å representere det klassiske greske teaterets tragiske katarsis der ånden skal renses gjennom innlevelse i protagonistens undergang (Branaas, 1999:128). "Spilleriet" kan i motsetning sees opp imot Fos omvendte katarsisbegrep, der det komiske fremtvinger en form for fremmedgjøringsopplevelse hos tilskueren hvor den undertrykte gjennom å se det humoristiske som forestiller seg på scenen gjennom refleksjon skal bli oppmerksom på sin egen undertrykkelse (Nygaard, 1996: 202). Sett opp mot Jung kan en med dette si at de to teaterformene representerer ulike deler av den totale helheten: Den "levde" rollen representerer med sin totale innlevelse følelsesuttrykket, mens "spilleriet" i lys av Fos omvendte katarsis kan representere refleksjonen. Med dette kan man si at begge formene inneholder både apolliske og dionysiske elementer, men at det terapeutiske teateruttrykket blir mest utfyllende først når de kommer sammen i verktøyet slik at en større helhet av den menneskelige naturen synes representert.

I følge Rogers (1961) vil den positive selvaktualiseringstendensen tre i kraft idet mennesket opplever å befinne seg i optimale forhold for egen vekst. Informantenes beskrivelser i hovedkategorien *Veksthus for selvet* kan tolkes i den retning at de gjennom teateret har stiftet bekjentskap med en slik arena.

"It works in direction of permitting the person to experience fully, and in awareness, all of his reactions including his feelings and emotions. As this occurs, the individual feels a positive liking for himself, a genuine appreciation of himself as a total function unit, which is one of the important end points of therapy" (90).

Beskrivelsene kan samtidig sammenliknes med hva Janssen (1974) benevner som en integrert kultur. I følge han er det ønskelig at det opprettes steder hvor det tillates mennesker å være forvirret, hvor det kan henge igjen persona i entreen og være frikoblet fra sitt hverdagsliv og de forholdene til andre som definerer ens nåværende identitet. Slik kan mennesket få mulighet til å forandre sin egen og andres definisjon av seg selv (129). Dette samsvarer med hvordan informantene beskriver friheten i sceneverktøyet. Teateret kan jamfør informantene representere en slik kultur gjennom sin tilnærming til alle sider ved selvet. På scenen er ingenting "feil", og handlingsrommet oppleves å være forstørret. Både Levine (1992) og Janssen (1974) presiserer at et fokus på intuisjon, følelser og Dionysos først og fremst kommer som en følge av at det i stor grad er denne delen som undertrykkes i dagliglivet og samfunnet generelt. Helheten vil imidlertid alltid finnes i en totalitet som involverer alle polariteter, Dionysos og Apollon – følelsesorientert intuisjon og objektiv rasjonalitet i ett og samme bilde. Slik jeg ser det bekrefter informantenes beskrivelser dette bildet. De beskriver

”både og”, og gjennom det dekning av ulike behov hvor de i en positiv orientert prosess basert på fri kreativitet har gjenfunnet både glemte og nye sider ved seg selv. I følge Janssen (1974) skulle den integrerte kulturen

befria människorna från den rustning av självbehärskning vi bär, och skapa sociala spelregler som gav oss rätt att visa känslor, att skratta, gråta, darra av rädsla, ha vredsutbrott, och vidare uppmanna oss att *röra vid varandra*, i stället för att bara utbyta ord (206).

Dermed kan informantene gjennom teateret ha gjenfunnet en slik kultur. ”I must somehow turn back to myself and find again what I have truly lost: the creative ground of my being” (Levine, 1992: 37). De har restaurert sitt egentlige selv gjennom å utvikle sine poetiske sider.

4.2.3.1 Konklusjon:

I hovedkategorien *Veksthus for selvet* beskriver informantene en katalysatorfunksjon, hvor teaterarbeidet blir et verktøy for utviklingen av selvet og forståelsen av egen autenticitet. Denne utviklingen skjer gjennom at teaterarbeidet representerer et åpent sted hvor ”det normale” ikke figurerer like sterkt som i det øvrige livet, og hvor mulighetene for å leve ut undertrykte autentiske behov er sterkere tilstede.

4.3 Uttryksmediet

Miriam, Merete og Martin beskriver scenefremføringene som essensielle for deres opplevde vekstprosesser. De forteller at erfaringene med å stå på en scene og presentere et materiale har gitt dem en endret kontakt med omverdenen, og de beskriver med dette et uttryksmedium hvor det beskrevne behovet for å uttrykke sitt egentlige jeg, det skapte kunstuttrykket for denne autenticiteten og selve øyeblikksopplevelsen når en scenefremføring finner sted danner grunnlaget for denne hovedkategorien gjennom underkategoriene *uttryksbehov*, *kunstuttrykket* og *kontakten*.

4.3.1 Uttryksbehov

Informantene beskriver et sterkt behov for å uttrykke seg, ”en trang til å få det ut”(Miriam), ”et behov for å uttrykke meg” (Martin). Dette behovet beskrives både i betydningen av å skape kunstnerisk materiale på grunnlag av en opplevd inspirasjon, slik Martin gjør når han fungerer gjennom å skape materiale med utgangspunkt i sine egne sinnsstemninger, ”Det å uttrykke med kreativt føler jeg vesten at jeg er avhengig av. En sånn ventil for å få... å få ut ting, uttrykke ting...” (Martin), men også i betydningen ”å dele” (Merete) med omverdenen både i betydningen ”å fortelle noe åpent ut” (Merete) og å ytre

meninger ”Jeg har en veldig trang til å si hva jeg mener om ting, en veldig trang til å formidle mine erfaringer av det å være menneske.” (Miriam). ”Det som skjer rundt meg i livet som påvirker, påvirker meg og hvordan jeg har det, inspirere meg” (Martin).

Slik jeg tolker det beskriver informantene gjennom uttrykksbehovet et behov for å vise seg selv slik en er – autentisk ”... når jeg forteller om meg selv... (...) da vil jeg at de skal lese sjela mi” (Merete), og særlig den delen av autenticiteten som er skjult for omverdenen, eller sensurert ”Jeg, å få fortelle at jeg sliter, slippe maska mi, og gjøre den... jeg vil gjerne slippe den maska” (Merete). Dette innebærer både skjult lidelse og egen tilhørighet til psykiatrien, samt ”følelser det ikke er plass til” (Martin) og alle andre uttrykk scenemediet med sin rolletaking måtte gi et utvidet rom for. Merete beskriver hvordan hun som pasient i psykiatrien hadde behov for å slippe å skjule seg, og være åpen til omverdenen om sin egen lidelse. Hun beskriver på denne måten veksten knyttet til ”å stå frem” eller ”å komme ut av skapet”.

Det å... det viktigste for meg, i forhold til det, i denne teatergruppen her, var vel det at jeg kunne åpent ut, til andre og samfunnet, om at jeg, sleit. Og at jeg torde å si det, torde å si det, torde å komme ut av skapet på en måte. ”Ja, jeg er syk. Jeg er innlagt” (...) å være åpen, ikke skjule noe mer. Ikke skjule... de problemene jeg har hatt. De svingningene jeg har hatt, i livet, ikke sant (Merete).

4.3.2 Kunstuttrykket

Miriam, Martin og Merete beskriver også forsterkede autenticitetsuttrykk, i form av å være ”mer seg selv” (Miriam) og ”seg selv satt på spissen” (Martin) på scenen. ”At når jeg spiller så føler jeg at jeg er... at jeg på en måte er, en litt konsentrert versjon av meg selv” (Martin). Slik jeg tolker det beskriver de slik inspirasjon transformert til et kunstnerisk uttrykk. Både Miriam og Martin beskriver både skapingen og fremføringen av slike uttrykk som ”terapeutisk”, både i form av å få bearbeidet inntrykk utenfra og å få ”tenkt det emosjonelle” gjennom skapingen av et ”konkret uttrykk” (Martin). I intervjuene fikk informantene i oppgave å beskrive sin ønskerolle, med bakgrunnen i tanken om at fortellinger om det foretrukne kunne avdekke interessant informasjon om teaterets positive muligheter. Gjennom svarene fikk jeg beskrivelser som samlet sett fortalte hvordan informantene ønsker å benytte teaterkunsten til å kommunisere med omverdenen gjennom å skape uttrykk på grunnlag av egne autentiske behov, og utgjør enkeltvis slik eksempler på hva informantene ønsker eller har behov for å formidle, og hvilket kunstnerisk uttrykk dette ville utgjøre gjennom en tenkt kunstnerisk bearbeidelse.

Miriam's beskrevne ønskerolle er ingen konkret figur, men angir heller en type livsholdning hun selv beskriver å inneha, men sjelden vise til omgivelsene. "... det måtte jo være en som sleit litt, skulle jeg til å si..." (...) "Jeg har litt trist undertone i meg da, for å si det sånn" (Miriam). Meretes ønskerolle befinner seg samtidig helt på andre siden av skalaen, idet hun beskriver en "komisk observatør" som med mimisk spill kunne representert absurde innslag i en hvilken som helst forestilling. "Altså, å få lov til å være absolutt morsom." (Merete). Martins ønskerolle var Edvard Saksehånd. I Martins beskrivelse er Edvard Saksehånd, født med sakser istedetfor fingre og bosatt alene i et slott, en fremmed i et samfunn han lever mer på siden av enn i "...han representerer noe helt annet enn det konservative A4 – samfunnet" (Martin). Karakteren vekker skepsis i det omkringliggende samfunnet, men etter hvert i historien oppdages det i følge Martin at han både er ufarlig og unik. Martin beskriver denne ønskekarakteren som et bilde på sin egen fremmedfølelse i forhold til samfunnet, der han beskriver å føle seg stigmatisert idet han har en diagnose mange har et lite kunnskapsrelatert forhold til. Som han sier:

Noen ganger når jeg møter folk på gata og jeg sier at jeg har en bipolar lidelse så har folk hørt at det er galskap, og vet ikke forskjellen på det og skisofreni, og på en måte eh... Jeg har opplevd at jeg for eksempel kan komme på NAV, til en saksbehandler hvor jeg har opplevd også at... at vedkommende nesten snakker babyspråk, fordi at stigmatiseringen... at de kanskje tror jeg er syk, ufør, hvis jeg har en lidelse, ressurser, siden jeg ikke jobber så må jeg være ressurssvak. Det er ekstremt! Ekstremt mye, mye rart jeg har opplevd, og, hvor jeg har følt at jeg har blitt fremmedgjort da, eller sett på som noe annet enn, enn, normal... (Martin).

En karrikatur av en følelse jeg har, opplevelse jeg har i form av for eksempel det å spille Edvard Saksehånd er jo at det veldig, veldig tydeliggjør følelsen av å være annerledes. (...) det med å se meg i en sånn karakter vil jo kanskje veldig enkelt forstå følelsen av å være annerledes og følelsen av å bli stigmatisert (Martin).

Gjennom ønskerollen beskriver Martin en forsterking, og hvilken effekt denne forsterkingen har i forhold til den terapeutiske muligheten i teateret. I følge han tydeliggjør en slik karikatur følelsen av å være annerledes.

Altså, for det går jo ikke an å være så annerledes andre folk som Edvard Saksehånd (...) For det å se meg i en slik karakter og... vil jo... eh... kanskje veldig enkelt forstå følelsen av å være annerledes og følelsen av å bli stigmatisert. (...) På en karikert måte så er det kanskje lettere å få uttrykt mitt liv og følelsen av å være annerledes gjennom å spille en så karikert person, historie, ... Enn å skulle på en måte forklare det ut ifra opplevelsen av å være på NAV (Martin).

4.3.3 Kontakt

Informantene beskriver et sterkt avhengighetsforhold mellom opplevd terapeutisk effekt, og opplevd kvalitet på den kommunikasjonen som finner sted i scenefremførelsen, ”altså i hvilken grad jeg opplever å kommunisere med publikum” (Martin). De beskriver også selve tilstedeværelsen av et publikum i presentasjonen som viktig ”... jeg opplevde da at, spesielt når jeg kom med mine egne ting, så var det veldig viktig at det skulle tas inn av de som var der. Derfor ble de viktige” (Merete) Merete benytter samtidig samfunnsbegrepet om publikum ”Det var viktig for meg det. Det å få fortalt andre” (Merete). ”Terapien” i scenefremføringen skjer når noe ”når over” fra dem som skuespillere ut til publikum

... under noen forestillinger så hadde jeg en utrolig deilig opplevelse av å se at... det gikk inn, det var veldig sterkt... det synes jeg var en utrolig deilig opplevelse. Et par ganger bare, tror jeg, at jeg opplevde at jeg så noen rett inn i hvitøyet, at de så på meg og som... fattet (...). Det var veldig sterkt (Merete).

Merete forteller også at spillet på scenen blir til ut ifra hvordan publikum er, og med det at spillet fra scenen varierer fra forestilling til forestilling. Betydningen av å få tilbakemeldinger fra publikummere i etterkant av forestillingen beskrives også som viktig for den terapeutiske effekten av scenefremførelsen ”det der med å få se, å få tilbakemeldinger fra folk, etterpå, som sliter selv, som sier ”takkt, for at du turte å stå der” og ”takkt, fordi jeg kjenner meg igjen” (Merete). Intervjuene inneholder samtidig fortellinger om opplevelsen av å ikke oppnå god kontakt med publikum under scenefremføringer. I følge Martin kan den terapeutiske effekten av fremføringen ”... variere litt i hvilken grad jeg føler at jeg kommuniserer med publikum i... (...) på hvilken måte jeg føler at de responderer på det jeg viser.” (Martin). Både Miriam og Merete beskriver spesielt øvingsperiodene som vanskelige når samme materiale skal vises om og om igjen til et lite og kjent publikum. ”Og øving, et titalls ganger det samme, foran mine medspillere, som sitter og er lei av å høre på og...” (Merete).

... de har sett stykkene så mye slik at man begynner ubevisst å bli veldig lei av de stykkene. Og da gir man en slags tilbakemelding på dette, uten at man vet det da... man er ikke sånn engasjert hver gang man ser hvis man ser et stykke på nytt og på nytt og på nytt på øving, og man gir kanskje sånn utstråling om at dette egentlig er ganske kjedelig. Den energien blir man kanskje tatt litt av når man står på scenen (Miriam).

Innenfor denne kategorien har jeg også samlet beskrivelser av øyeblikksopplevelser knyttet til scenefremføringen. Slik jeg har valgt å organisere disse uttalelsene representerer, representerer de en tidslinje, hvor bestemte følelsesopplevelser ser ut til å prege bestemte faser av fremføringene. I forkant beskriver de å oppleve nervøsitet ”og da tenker jeg, hvorfor gjør jeg dette gang, på gang, på gang, på gang” (Martin), mens de beskriver selve

fremføringen som ”brutalt” (Merete) og ”en eksamen” (Merete) hvor man bare ”må stå i det” (Merete) men også som et ”adrenalinkick” (Miriam) og en ”rusopplevelse” (Martin). I etterkant beskriver de å oppleve en ”mestringsfølelse” (Miriam) tilknyttet å ha ”greid å gjennomføre” (Miriam), og de beskriver opplevelser av ”befrielse” (Merete), ”tilfredsstillelse” (Miriam) og ”forløsning” (Martin), samt ”en normalisert følelse” (Martin) og ”balanse” (Martin).

4.3.4 Drøfting *Uttrykksmediet*

I drøftingen av hovedkategorien *Mennesker i verden* ble det blant annet sett på hvordan vekst hos mennesket i henhold til de delvis sammenfallende modellene hos Janssen og Rogers ikke bare forutsetter at mennesket kjenner sin egen autenticitet, men at det også er i stand til å leve ut denne autenticiteten blant andre. Integrasjonen forutsetter altså at mennesket knytter seg til omgivelsene. I denne drøftingen ønsker jeg å se på hvordan Miriam, Martin og Merete beskriver at de ved å fremføre egenproduserte kunstneriske uttrykk foran publikum opplevde å oppnå vekst, gjennom å se på hvordan underkategoriene *Uttrykksbehovet*, *Kunstuttrykket* og *Kontakten* utgjør bestanddeler i et uttrykksmedie hvor integrative prosesser mellom individ og samfunn kan finne sted.

Informantene forteller gjennom *uttrykksbehovet* om et behov for å skape, å formidle, og å uttrykke *seg* – i betydningen å være autentisk eller uttrykke autentiske meninger. Derfor velger jeg å tolke at kategorien beskriver et behov for å skape og utøve med utgangspunkt i selvet, enten dette gjelder meninger, synspunkter eller er representert ved å ”stå frem” gjennom en demaskering av selvet overfor andre. Slik jeg ser det beskriver informantene med dette et behov for å stå frem med sine outsiderperspektiver. I drøftingen av *Mennesker i verden* sammenstilte jeg informantenes uttalelser med kriteriene for Janssens outsider. Som beskrevet i teorikapittelet er disse perspektivene utformet med utgangspunkt i beskrivelser av kunstnere.

To rebell or revolt against the status quo is in the very nature of an artist. A point of view can result from the desire to change the social scene, (...). (...) To portray things the way they are, to hold up a mirror to the society, can also be a statement of rebellion (Hagen, 1973: 15).

Janssens outsiderperspektiv er tuftet på en beskrivelse av kunstneren svært kongruent med Utah Hagens beskrivelse av skuespilleren, men ikke minst med Miriam, Martin og Meretes beskrivelse av sitt eget uttrykksbehov. Det ligger sentralt i flere teoretikers beskrivelse av kunstnerne at de er ærligere enn andre (Janssen, 1974: 143), har en sterkere tilgang på sin

egen sårbarhet (Levine, 1992: 3) og ikke minst et behov for å endre status quo (Janssen, 1974: 143). Dette er egenskaper jeg mener å finne representert gjennom kategorien: Informantene ønsker å fremstille seg autentisk – som hva de er, fremfor hva de ikke er, de ønsker å vise sin egen sårbarhet gjennom å fortelle andre om sin egen lidelse, og de ønsker med dette å endre den ”normale” (Miriam) oppfatningen av psykiatrien og de psykiatriske pasientene. Ut fra kategorien *Uttrykksbehov* blir det slik interessant å anta at Miriam, Martin og Merete ikke bare beskriver et behov for å skape med grunnlag i sin egen autenticitet, men at de også skaper for å formidle og dermed skaper for andre. I råkodingsfasen var dette perspektivet representert gjennom en kode kalt *nestekjærighet*, benyttet flere ganger når informantene ikke bare beskrev et formidlingsbehov, men også en ”formidlingsplikt” (Merete) – hvor noe av bakgrunnen for å ”stå frem” handlet om å la individer i publikum med skjult problematikk føle seg normalisert.

Martin er den informanten som har de sterkeste beskrivelsene av sammenhengen mellom vekst og kreativ prosess. Han forteller at han gjennom å skape evner å finne konkrete uttrykk for opplevelser av irrasjonalitet, og at dette gjør ham i stand til å forholde seg til opplevelsen på en ny måte. Dette kan sammenstilles med Tillichs (1952) vekt på å transformere det uhåndterlige ”anxiety” til ”fear”, siden frykten kan bekjempes gjennom bevisstheten om objektet (36). På samme måte hevder Levine (1992) at det kunstneriske uttrykket representerer et medium, der forestillingen blir forkroppsliggjort, konkretisert inn i en form som kan holde på lidelsen slik at den blir lettere å bære med seg (42, 57). Slik jeg ser det representerer *uttrykket* beskrivelser av informantenes uttrykksbehov, representert gjennom konkrete beskrivelser av autentisk inspirasjon og endringsvilje, eller outsiderperspektivet jfr. Janssen, transformert gjennom kunst til hva Levine beskriver som en ”gift of self” – en gave av selvet. I følge Levine (1992) er det kunstneriske uttrykket med på å transformere det autentiske om til et objekt som både kan overgis og tas imot av andre: ”The arts makes present” (45). I følge han er poesien ”sjelens språk”: den muliggjør autentisk kontakt mellom mennesker. Slik beskriver også Martin at rollekarakteren Edvard Saksehånd kan ”konkretisere følelsen av å være annerledes” og at dette vil gjøre det budskapet han ønsker å formidle enklere for publikum å ta inn.

I kategorien *Kontakt* beskriver informantene det som viktig ”at noe når over” (Merete) og gir samtidig publikum en viktig funksjon innenfor teateret som katalysator for vekst. De beskriver det som viktig at det som formidles ”tas inn av de som er der” (Merete) og ”derfor blir de viktige” (Merete). Slik jeg ser det blir denne kategorien interessant å sammenlikne med Levines (1992) utveksling av gaver. Dette ”noe” som skal nå ”over” og ”tas inn av de

som er der” kan slik representere gaven og mottakelsen som en ønsket integrasjonsprosess mellom skuespiller og publikum – en ønsket tilstand av enhet mellom individ og samfunn. Slik jeg ser det beskriver informantene også en transformasjon i overleveringen, fra før fremføringen å være nervøs og utenforstående – bak scenen, til en som tar steget ut på scenen og ”står i det”, overleverer gaven og oppleves å integreres av publikum med en følelse både av befrielse og opphøyethet i etterkant av forestillingen. Denne transformasjonen kan sammenliknes med Levines (1996) beskrivelse av gaveoverleveringen hvor det sees som essensielt at individet ikke kan lukke en dør inn til en ny æra når skrittet først er tatt og vandringen over til neste fase har startet. Beskrivelser av valget om å stå frem med egne problemer som ”en dramatisk måte å gjøre det på” kan derfor utgjøre eksempler på hvordan Levine (1996) beskriver steget inn i transformasjonen gjennom å initiere ”a creative leap into new possibilities of development” (54). Slik jeg forstår både Levine og Janssen, fordrer en vellykket integrasjon imidlertid bevegelse både hos individ og samfunn, eller som i dette tilfellet: både hos skuespiller og publikum. I følge Levine fordrer dette en autentisk tilstedeværelse hos begge parter for at gaveoverleveringen, og dermed integrasjonen, skal være suksessfull (55). I *Kontakten* beskriver informantene hvordan ulike forestillinger gir ulik opplevelse av terapeutisk effekt ”Altså, spillet blir jo ut ifra hvordan publikum er” (Merete), og at denne først og fremst avhenger av hvorvidt de opplever at publikum tar imot det materialet som formidles fra scenen. Informantene beskriver den umiddelbare stemningen i sceneopplevelsen, men også feedback fra publikum i etterkant som vesentlige aspekter ved denne opplevelsen. I følge Levine (1992) er det sentralt for gaveoverleveringen at gaven tas imot av de andre, og at en gave også gis tilbake, og han beskriver både den verbale og nonverbale responsen i fremføringsøyeblikket, og samtalene i etterkant av presentasjonen, som slike gjenytelser. Det er i disse samtalene mottakerne bekrefter å ha mottatt og satt pris på gaven, og gir noe tilbake til utøveren gjennom å dele opplevelser fra sitt eget selv, i dette tilfellet referat fra deres opplevelser av den forutgående scenepresentasjonen (54,55).

I følge Levine (1992) må imidlertid tilhørerne bli ”rørt” eller ”gripet” av presentasjonen, slik at den kan bli brakt til live gjennom den for at en overlevering skal finne sted. Om dette ikke er tilfelle ”then it cannot respond in kind but can only offer silence or a token acknowledgement that a formal obligation has been undertaken.” (55), og publikum får gjennom dette en inautentisk tilstedeværelse. Sett sammen med informantenes uttalelser omkring innlevelse og terapeutisk effekt av fremføringen tolker jeg dette til hen at det dynamiske forholdet mellom den som fremfører og respondentene kan følge både positive og negative utviklingsspiraler, slik at både en autentisk tilstedeværende skuespiller og et

autentisk tilstedeværende publikum kan åpne opp for demaskering hos den andre parten og starte integreringsprosessen dem imellom, på samme måte som en sensurert skuespiller eller et sensurert publikum også kan forhindre demaskering og integrering.

Som tidligere nevnt er den uintegrerte outsiderens problem i følge Janssen (1974) at han eller hun er fanget i sin egen ensomhet med begrenset tilknytning til omverdenen, hvilket blir problematisk (95). "Det er et samfunn du skal leve i" (Merete). På samme tid viser Levine (1992) til at årsaken til sjelens lidelse kan komme fra splittelsen mellom selvet og verden (33). I følge ham er det apolliske perspektivet ensomt, og det vestlig orienterte apolliske mennesket har dermed et problem: det har gjennom å miste Dionysos også mistet fellesskapet. Informantenes fortelling om desintegrasjonen ligger slik jeg ser det implisitt i fortellingene om fremmedfølelse der både andres og egen kategorisering av dem som psykiatriske pasienter medfører en stigmatisering påført både av selv og av andre. I følge Janssen (1974) er imidlertid den kollektive avskjermingen innenfor en gruppe nesten alltid sterkere enn gjennomsnittet av individenes avskjerming. Han omtaler dette spriket som et revolusjonært potensiale, og viser til hvordan en outsider ved å uttale seg til "massene" om sine egne opplevelser kan benytte seg av denne avstanden til å fjerne deler av den kollektive avskjermingen (134).

Sett i lys av Janssen (1974) og Levine (1992 og 1996) utfører informantene slik integrative handlinger når de står frem på scenen med sine outsiderperspektiver transformert til "gifts of self". I følge Levine (1992) er hovedessensen i gaveoverleveringen at "it effects a transition in the existence of the presenter from one who is "ignorant" or "outside" for the realm of expressive therapy to one who has entered this world" (54). Sett i forhold til Janssen og informantenes fortellinger innebærer dette at sceneutøveren i den beskrevne terapien presenterer sine outsiderperspektiver for publikum, og opplever en endring i selvet fra uintegrert til integrert gjennom at de ensomme tankene er delt med andre og dermed aldri kan bli ensomme tanker igjen. "Å stå på scenen og så, vite at det var folk som kjente meg. Som da skjønte at når jeg sto på den scenen, så betød det at jeg var en av de andre, at jeg har slitt..." (Merete). "Nestekjærligheten" viser slik et integrert perspektiv hos informantene - de kjenner til at det sannsynligvis finnes mange blant publikum som "sliter", og de ønsker å gi dem den samme innsikten som de selv har: at de på ingen måte er alene om problemene, at de slett ikke er så unormale som de tror - "vi er alle mennesker" (Miriam), og at det finnes muligheter for å få hjelp. Slik jeg tolker Levine skjer ikke integreringen bare gjennom at noe endres i skuespilleren, men også gjennom at skuespillerens "gift of self" endrer noe i sitt eget publikum. Integrasjon innebærer med dette ikke bare endringer i individet, men også i

gruppens evne til å ta imot individet. Janssen beskriver både integrerte og uintegrerte samfunn, og i følge Levine (1992) kan hele samfunn være gjenstand for overgangsritualer. Dermed kan det være mulig å tolke at det ikke bare skjer en endring i dem personlig når informantene står frem på scenen med sine outsideropplevelser, de endrer samtidig samfunnet til et bedre sted å eksistere i for brukere av psykiatrien.

4.3.4.1 Konklusjon

Når kunstneren tar sin egen outsideropplevelse, omformer denne til et kunstnerisk produkt og gir dette i gave til samfunnet for så å endre fellesskapet, skjer den beskrevne integrasjonen gjennom informantenes prosesser innenfor dette perspektivet gjennom at de ved å stå frem med sin problematikk endrer publikums selvbevissthet. Dette bringer ikke bare med seg en tettere tilknytning mellom individ og samfunn, men samfunnet i seg selv blir også mer integrert. Man oppnår det Levine med henvisning til Turner beskriver som "communitas" – et fellesskap. På denne måten blir informantenes beskrivelser av vekst knyttet til fremføring av egenprodusert, autentisk materiale foran publikum, å se som gaveoverrekkelser innenfor et samfunnsfellesskap der individets demaskering og deling av autenticitet er med på å opprette kontakt mellom individet og samfunnet gjennom en demaskering av tilskuerne til en autentisk tilstedeværelse i en kontakt dem imellom preget av kjennskap til, aksept for og "normalisering" (Martin) av både egen og andres lidelse.

5. Sluttdrøfting: ”Det rette element”

”Det er nå et sted, i hvert fall, hvor jeg får utfordret meg selv hele tiden. Og jeg får formidle ting. Og jeg får lekt meg” (Miriam om ”det rette element”). I denne siste, sammenfattende drøftingen ønsker jeg å se de tre hovedkategoriene i sammenheng for å beskrive hvordan teateret ble Miriam, Martin og Meretes ”rette element” (Miriam), og forsøke å utarbeide en teori som beskriver hvordan teateret kan ha blitt en katalysator for vekst hos informantene - fra en fremmedgjort til en integrert posisjon.

Oppsummert beskriver informantene i hovedkategorien *Mennesker i verden* vekst gjennom teaterdeltakelse tilsvarende hva Janssen betegner som en integrasjonsutvikling. De to andre hovedkategoriene viser denne veksten i to dimensjoner. *Veksthus for selvet* representerer den personlige dimensjonen: Beskrivelsene av å finne ut av hvem en selv er, bevegelsen mot bevissthet omkring egen autenticitet og økt aksept av denne. Informantene beskriver samtidig stadig pågående vekstprosesser med involvering i polariserende teaterformer som til sammen danner et mer helhetlig bilde av selv og virkelighet enn det som finnes i den kulturen de opplever å befinne seg i. Teateret blir slik et rom som representerer mer optimale betingelser for vekst enn det øvrige livet. *Uttrykksmediet* behandler slik jeg ser det den fellesskapsorienterte dimensjonen: Beskrivelsene av å kommunisere sin autenticitet til omverdenen. Denne hovedkategorien representerer vekst fra en ensom fremmedgjort posisjon til et autentisk væren i verden hvor det autentiske selvet settes i kontakt med andre.

Det er i henhold til valg av forskningsmetode naturlig å sette et mål for vekstoppnåelse i den teorien som utarbeides, på et nivå som faller sammen med det informantene beskriver å ha oppnådd i intervjuene. *Fremmedfølelsen* fremsto som en tydelig kategori allerede første gang jeg leste gjennom de transkriberte tekstene, og ble etter hvert stående som den underkategorien som beskrev det problemet informantene fortalte at teateret kunne gjøre noe med. Den personlige veksten kan slik defineres som informantenes beskrevne veg ut av denne. Kategorien *Mestring* beskriver samtidig vekstoppnåelsen, som jeg finner å være tett knyttet opp mot beskrivelser av vekst hos Rogers (1961), av integrasjon hos både Levine (1992) og Janssen (1974), og det humanistiskeksistensialistiske perspektivet på vekst generelt slik det er beskrevet av Ivey mfl (2001), der mennesket gjennom personlig vekst oppnår å finne en mer helhetlig orientert selvforståelse og en sterkere tilknytning til fellesskapet.

Det teateret har tilført integrasjonsutviklingen blir slik vegen ut av fremmedfølelsen. I følge Janssen (1974) er fremmedfølelsen et problem for den uintegrerte outsideren. Som outsider registrerer personen sin egen anderledeshet, men kjenner samtidig ikke til at

virkeligheten ikke er lik status quo, men tror at "normaliteten" reelt eksisterer. Slik kjenner han eller hun heller ikke til hvor mange andre outsiders som finnes i et normalt samfunn, det vil si normaliteten i egne outsiderperspektiver. Derfor genererer opplevelsen av anderledeshet en ensomhetsfølelse som kan være med på å opprettholde en uintegrert posisjon, fordi den holder selvet fra å være i kontakt med andre (234).

I følge Janssen og Levine (1992) er det ikke bare mennesket som kan være uintegrert eller alienert, kulturen i seg selv kan også mangle viktige bestanddeler av et naturlig levesett. Innenfor et slikt teoretisk perspektiv fikk Merete som uintegrert outsider problemer med sine egne sterke følelsesopplevelser ikke bare fordi viktige andre avviste dem som "spill", men også fordi selve kulturen gjorde det samme. I følge Janssens (1974) vil et kollektivt verdensbilde i en uintegrert kultur avspeile sensurvennenes preferanser (205). Disse preferansene har informantene beskrevet både indirekte og direkte som preget av vekt på rasjonalitet fremfor følelser, alvor fremfor lek og styrke fremfor lidelse og svakhet. Slik jeg ser det er det denne samtidsbeskrivelsen som må legges til grunn for informantenes opplevelse av egen alienasjon, og spesielt den opplevde stigmatiseringen av mennesker innenfor psykiatrien. Informantenes fortidige, uintegrerte opplevelse av "normaliteten" angis gjennom beskrivelser av elementer som ikke passet inn, og dermed ikke burde leves ut. Sterkest er kanskje Meretes beskrivelser av hvordan hun fornektet lidelsen som en del av sine autentiske følelser. Informantenes nåtidige opplevelse av "normaliteten" er imidlertid fortalt fra en integrert posisjon, og beskriver slik hvordan de opplever samfunnet etter å ha oppdaget nye sider ved seg selv. Den integrerte "normaliteten" informantene beskriver representerer et perspektiv hvor outsiderperspektivene hevdes å burde passe inn, også de som inneholder lidelse.

Både Rogers (1961), Janssen (1974) og Levine (1992) behandler psykisk lidelse som en naturlig del av menneskets vekstprosess. Det er imidlertid i følge Janssen (1974) vanskelig å se uvirkeligheten i den sosiale virkeligheten, om man alltid lever i den (95). Det er i henhold til teorien slik umulig å se sin egen uintegrerte posisjon fra en uintegrert posisjon. Som uintegrerte kan informantene innenfor dette perspektivet ha hatt vanskeligheter med å se at kulturen ikke representerte hele sannheten, som i følge Levine er en halv sannhet når denne ikke inneholder hverken Dionysos eller lidelse. I følge Levine kan ikke mennesket være komplett uten hverken Dionysos eller Apollon. Slik jeg ser det kan *Veksthus for selvet* sees å oppheve "normaliteten" på individnivå gjennom å gi plass til alle former gjennom at det med sin frihet representerer det Janssen og Levine omtaler som en integrert kultur. I Janssens (1974) vekstmodell er det essensielt for utviklingen av selvforståelsen at individet selv blir i

stand til å observere når det henfaller til inautentiske handlinger og inautentisk vilje. Dette kan bare skje hvis mennesket er i kontakt med sin egen autentisitet (114), hvilket bare kan observeres fra et integrert perspektiv, fra tredje trappetrinn (120). I lys av Janssen kan teateret se ut til å oppheve ”normaliteten” og representere en integrert kultur som i en tid kan eksistere på siden av et uintegrert samfunn (eller i alle fall et samfunn individet opplever fra en uintegrert posisjon), og dette kan skje på tross av at individet selv befinner seg i en uintegrert posisjon. Som Miriam sier: ”I livet generelt så skjer det ganske automatisk. På scenen så er det veldig bevist” (Miriam). Det er altså enklere å registrere hvorvidt en handling er inautentisk i teateret enn ellers i livet. Slik kan teateret bli en arena hvor behovet for å være seg selv – autentisiteten – kan få sitt begynnende utløp. I dette perspektivet kan teateret bli et rom hvor skyggen (de sidene ved selvet individet i utgangspunktet ikke vil vite av) normaliseres for personen, og slik i henhold til teorien vil gjøre det mulig for individet å observere ikke bare skillet mellom persona – ”utadansiktet” og selvet ”innadansiktet”, men også skillet mellom ”det normale” og verden i en mer helhetlig form.

Merete forteller at scenen var det første stedet hvor hun la vekk masken eller ”utadansiktet”, og viste seg selv som hun var, uten å ”spille”. I følge Janssen (1974) fordrer det å registrere glippet mellom persona og selvet et behov for demaskering, og prinsippet bygger på at mennesket kan tre inn i integrasjonsutvikling gjennom å vise seg selv usensurert. Slik jeg ser det kan dette forklare behovet for *Uttrykksmediet*. Når informantene bestemmer seg for å stå frem med sin egen smerte, holder de opp med å skjule sin autentisitet og begynner å handle i forhold til den ved å vise den overfor andre. Slik beskriver de en umiddelbar og direkte demaskeringsprosess, de ”står i det”, viser seg selv uten maske, sin ”gift of self”, og integrerer seg selv når de viser sin lidelse foran samfunnet. Informantene beskriver at de føler seg ”normalisert” (Martin) i etterkant av en slik demaskering. De opplever altså at alienasjonen – fremmedfølelsen – bli dempet til fordel for en styrket tilknytning til omgivelsene. Sentralt innenfor Levines (1992) teori er at et tap av Dionysos innebærer et tap av fellesskapet (13). Janssen (1974) tegner opp et liknende bilde av den uintegrerte kulturen der ”de normale” sensurholdningenes følger blir at ingen oppdager at gjennomsnittsmennesket verken er så rasjonelt, så utadvendt eller så lykkelig som sensurvennene later til å tro (205).

Den integrerte outsideren kjenner imidlertid til hvor mange andre outsiders som faktisk finnes i et normalt samfunn, og dette medfører i følge Janssen også et behov for å normalisere andres opplevelser. ”Det er et sterkt ønske, om at alle andre som opplever det samme skal få vite at ”det har jeg, og det har mange”, og at det går an å komme seg ut av det”

(Merete). Slik kan det være interessant å hevde at beskrivelsene av å fremføre fra scenen tilsvarer beskrivelsene av demaskeringen i Levines (1992) teori om "gift of self" som ikke bare endrer individet, men også samfunnet. I følge både Levine og Janssens (1974) vil å dele lidelsen medføre integrasjon, ikke bare i individet, men i samfunnet som helhet. Slik blir ønskerollen Edvard Saksehånd et eksempel på et integrert perspektiv, den representerer en aktiv handling overfor omgivelsene. Martin har funnet et kunstnerisk uttrykk som på en forsterket måte kan beskrive hvordan han føler seg stigmatisert i viktige situasjoner, og hans tenkte gave til omgivelsene er slik hans egen opplevelse av alienasjonen, fremmedfølelsen. Transformert til et kunstnerisk produkt, til en autentisk gave av selvet, gir han denne over til publikummet, til samfunnet, som i sin tur tar imot den og selv endres på grunnlag av den. Slik blir ikke bare han mer integrert i samfunnet, men samfunnet i seg selv blir mer integrert – det blir i henhold til teorien bedre å eksistere i for alle mennesker gjennom en normalisering både av lidelsen, av fremmedfølelsen i seg selv, og av psykiatrien. "Motsatsen til tilpasning er ikke misstilpasning utenom skapende forandring" (Janssen, 1974: 199). Informantene beskriver imidlertid ikke prosessen som et lineært forløp, men heller i både fragmenter og helheter. Slik jeg ser det blir det gjennom kategoriene mulig å ane konturene av en syklisk prosess. Som skuespillere har de et ønske om å påvirke publikum. Ønsket virkning av det kunstneriske uttrykket er en sterkere aksept hos publikummeren både for eget og andres selv. Gjennom direkte tilbakemeldinger medfører dette igjen en sterkere aksept for eget selv – for outsiderperspektivene - hos skuespillerne.

Jeg velger å konkludere denne drøftingen med at mennesket både finner ut av og formidler sitt autentiske selv gjennom teateret. Teateret ble et "riktig element" for Miriam, Martin og Merete, fordi det gav tilgang til et fritt rom til personlig vekst, både innenfor selvet og i kontakten med fellesskapet. Det ble, og er fremdeles, for dem en integrasjonsarena. Slik jeg tolker materialet avhenger teaterets evne til å fasilitere vekst av at det bevilges rom for åpenhet og spontanitet i verktøyet. Slik kan det kreative arbeidet gi mulighet til fremvekst av et mer autentisk selv. På samme måte vil en mulighet til å arbeide med utgangspunkt i egen inspirasjon kunne fremme et sterkere bekjentskap til eget selv. For integrasjonen er det også viktig å få tilgang til en uttrykksarena, en scene, eller et annet direkte medium for kontakt. Mer flytende kan tilnærmingen være med hensyn til innhold og form, det synes å være som om flere og mangeartede uttrykksformer er best, hvor muligheten til å tilnærme seg motsetningsforhold kan synes viktig.

6. Avslutning: ”Det rette element”

Slik Merete, Miriam og Martin beskriver sitt forhold til teaterscenen som en terapeutisk arena, blir denne en katalysator for endring og vekst hos dem som skuespillere. Prosessene i teaterarbeidet representerer en fri kreativ arena, hvor mulighetene for vekst er bedre enn i det øvrige livet. Slik fremmer teaterarbeidet bevissthet om egen autenticitet gjennom utviklingen av et mer helhetlig selv bilde preget av sterkere kjennskap til polaritetsforhold i egent selv, og en økt evne til å registrere, akseptere og uttrykke et større spekter av disse sidene. Den autentiske scenefremføringen representerer et brudd med selvsensuren, og vekstprosessene i teateret er slik knyttet opp mot sceneuttrykkets evne til å forsterke fellesskapsopplevelsen gjennom en felles fysisk og autentisk tilstedeværelse når outsideropplevelser deles av individet og integreres av publikum. Slik kan teateret som katalysator for vekst, fremme et forbedret væren i verden for mennesket manifestert som økt integrering av den enkelte i det omkringliggende samfunnet.

Teorien impliserer at mennesket finner vekst både individuelt og i kontakt med andre. Dette kan indikere et brudd med det tradisjonelle skillet mellom drama- og teatertradisjonen, eller mellom kunst og terapi. Kunstuttrykket kan sees å være sterkest når kunstneren er autentisk involvert, og fri kreativ skaping kan involvere vekst enten denne er tilsiktet eller ikke. Funnene i studien kan slik være med på å underbygge argumenter for opprettelse av amatørteatergrupper som miljøskapende tiltak i undervisningsinstitusjoner og lokalmiljø, og som HMS – tiltak i bedrifter. Teorien kan samtidig indikere at det godt utbredte amatørteater og – revymiljøet i Norge der 1% av befolkningen oppgir å selv ha stått på scenen i løpet av siste 2 år og 2% oppgir å være aktiv medlem (www.ssb.no), allerede kan virke som en salutogen faktor for psykisk helse og trivsel både for utøvere og nærmiljø.

Det er samtidig viktig å holde fokus på at andre informanter med erfaring fra andre teaterterapeutiske settinger, ville gitt andre svar som ville resultert i utarbeidelsen av en annen teori. Slik blir det viktig å være oppmerksom på at det eksisterer flere svar og flere tilnærminger, men også muligheter for å utarbeide en mer omfattende teori om teater som terapeutisk verktøy, og om sammenhengen mellom teater og menneskelig væren i verden. Med grunnlag i denne studien kunne det videre være interessant å undersøke hvilke muligheter for selvutvikling og samfunnsintegrasjon som ligger implisitt i ulike teaterformer, gjerne med utgangspunkt inndelingen ”*spilleriet*” og *Å leve rollen*. Samtidig hadde det også vært interessant å videreutvikle en teori som satte sterkere fokus på betydningen av å skape sitt eget materiale versus å arbeide med ferdige manus. Sett i sammenheng ville forskning på

disse to perspektivene kunne gi innsikt i prosesser som muligens allerede eksisterer innenfor både amatørteateret og det profesjonelle feltet, og den forsterkede teorien ville kunne bli et redskap i så vel kulturpolitiske prosesser som i HMS – arbeid for kunstnere.

Etterord

Arbeidet med denne oppgaven har vært et dypdykk i et område jeg trodde skulle bli en reise inn i andres opplevelse, men som jeg etter hvert opplevde like mye ble en reorganisering av mine egne erfaringer, og en ny forståelse av bakgrunnen for min egen teaterdeltakelse. For meg ble det umulig å ikke ta til meg Meretes historie på en slik måte at jeg selv ble drevet ut i refleksjon. Slik har denne oppgaven representert personlig vekst også hos meg. Jeg har selv tatt Janssens outsiders test (18, 75), og selv måttet forholde meg til å observere at jeg i mange situasjoner tror jeg er den jeg tror andre vil jeg skal være – den jeg ”burde” være, men ikke er. Kanskje var den forsterkede virkelighetsfølelsen jeg selv opplevde i sceneuttrykket egentlig et eksempel på at jeg til tider har kunnet være nærmere min egen autenticitet – min egen vilje – på teaterscenen enn ellers i livet. Slik vil jeg alltid være takknemmelig overfor ”Miriam”, ”Martin” og ”Merete”, fordi at de ved å gi meg av sin egen historie har hjulpet meg så mye både som rådgiver og menneske.

Litteraturliste:

Branaas, N (1999). *Dramapedagogisk historie og teori. Det 20 århundre. 5 utg.* Trondheim: Tapir forlag.

Boeree, C. *Carl Rogers 1902 - 1987*. <http://webpace.ship.edu/cgboer/rogers.html> (05.10.2010)

Corbin, J og Strauss, A (2008). *Basics of Qualitative Research. 3e.* Sage Publications, Inc.

Dahlberg, K, Dahlberg, H, Nyström, M (2008). *Reflective Lifeworld Research. 2e.* Studentlitteratur.

Dalen, M (2004). *Intervju som forskningsmetode – en kvalitativ tilnærming.* Oslo: Universitetsforlaget.

Fo, D (1992). *Liten handbok for teaterfolk.* Friundervisningens forlag.

Hagen, U/ Frankel, H (1973). *Respect for acting.* New York: Wiley Publishing,

Hunt, D. E. (1987). *Beginning with ourselves; in practice, theory and human affairs.* Cambridge, Mass. : Brookline Books.

Ivey, A. E., D`Andrea, M, Ivey, M.B, Simek – Morgan, L (2007). *Theories of counseling and psychotherapy : a multicultural perspective.* Boston, Mass.: Pearson

Janssen, C (1974). *Personlig dialektikk. Självcensur, outsideropplevelser och integration. 2. opplag.* Stockholm: LiberFörlag.

Janssen, C. *Claes Janssen*. www.claesjanssen.se (06.07.2011).

Kjelstadli, K (1999). *Fortida er ikke hva den engang var. En innføring i historiefaget.* Oslo: Universitetsforlaget.

Kvalsund, R (2003). *Growth as self-actualization. A critical approach to the organismic metaphor in Carl Rogers' counseling theory.* Trondheim: Tapir Akademisk Forlag.

Levine, S. K. (1992). *Poesis. The Language of psychology and the Speech of the Soul.* London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

Levine, S. K. (1996). *The expressive body: a fragmented totality.* I *The arts in Psychotherapy*, Vol. 23, No.2, pp.131 – 136. Elmsford, NY: Pergamon journals

Nygaard, J (1995a). *Teatrets historie i Europa. Del I. Teatret før 1750. Det offisielle og det uoffisielle teatret.* Oslo: Spillerom.

Nygaard, J (1995b). *Teaterets historie i Europa. Del II. Teateret fra 1750 til 1900. Det offisielle teateret.* Oslo: Spillerom.

Nygaard, J (1996). *Teatrets historie i Europa. Del 3. Teatret i vårt århundre. Teater og samfunn*. Oslo: Spillerom.

Pescitelli, D (1996). *An analysis of Carl Rogers Personality Theory*.
http://pandc.ca/?cat=carl_rogers&page=rogerian_theory (05.10.2010)

Postholm, M (2005). *Kvalitativ metode. En innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier*. Oslo: Universitetsforlaget.

Rogers, C (1961). *On Becoming a Person*. Boston: Houghton Mifflin Company.

Stanislavskij, K (1998). *En skuespillers arbejde med sig selv*. København: Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck A/S.

Statistisk Sentralbyrå. *Statistikkbanken*.
http://statbank.ssb.no/statistikkbanken/Default_FR.asp?PXSid=0&nvl=true&PLanguage=0&tilside=selectvarval/define.asp&Tabellid=05301 (09.06.2011).

og

http://statbank.ssb.no/statistikkbanken/Default_FR.asp?PXSid=0&nvl=true&PLanguage=0&tilside=selectvarval/define.asp&Tabellid=05301 (09.06.2010).

Store Norske Leksikon, *Konstantin Sergejevitsj Aleksejev Stanislavskij*,
http://www.snl.no/Konstantin_Sergejevitsj_Aleksejev_Stanislavskij (26.05.2011).

Tillich, P (1962). *The courage to be*. London : Collins

Vedlegg 1

Intervjuguide

Innledende fase

Informasjon og tillit.

Hvem er jeg?

Masterstudent i rådgiving NTNU. Svært interessert i engang å kunne bruke teater som et verktøy i rådgiving.

Informasjon:

Både lydopptak og transkripsjoner skal kun benyttes av meg som forsker, og vil bli destruert etter bruk.

Har rett til å trekke seg.

Krav på anonymitet og konfidensialitet. Skal ikke kunne kjennes igjen av andre i den ferdige teksten.

Kontrakt

Informanten skriver under på at han/ hun er gjort kjent med de ovennevnte rettigheter som forskningsdeltaker, og at det vil bli foretatt lydopptak av samtalen under ovennevnte forutsetninger.

Spørsmål?

Beskrive: Hva er det jeg leter etter?

Fenomenologi: Jeg vet hvordan jeg opplever noe, men hvordan er en annens opplevelse av det samme fenomenet? Ute etter opplevelsen av det teatrale ”spillet”, opplevelsen av seg selv ”her og nå”, opplevelsen av personlig utvikling og vekst – og samspillet mellom disse.

Oppfordring: gi genuin beskrivelse av egen opplevelse – ”GLEM TEORIEN”.

Selve intervjuet

Om teater generelt

- Kan du fortelle litt om ditt forhold til drama/ teater?

- Hva betyr teater for deg?

Spill

Kan du fortelle med litt om hvordan det oppleves å være i spill, - i forhold til hvordan det er å leve?

- I møtet med publikum – de andre.
- Internalt i individet: - Hva skjer med deg/inne i deg når du spiller?
- Evt. oppfspm1: er det en tilstand, en handling, eller begge deler?
- Evt. oppfspm.2: - Kan du gi meg en definisjon på hva det vil si å være i spill, basert på din egen opplevde erfaring?
- Evt. oppfspm.3, ved mistanke om ”flinkt svar”: - Hva er det du gjør når du spiller, og når gjør du det?

- Hender det du ”spiller” i dagligdagse situasjoner?
- Går du alltid inn i spillet på samme måte?

Oppsummering. Lede over i:

Opplevelsen av seg selv her og nå

Hvem er du nå?

I forhold til før?

Utvikling og vekst

Hva tenker du når jeg sier personlig vekst?

Og hva med utvikling?

I denne oppgaven: Snakk om selve formålet med rådgivning, utvikling og vekst hos enkeltindividet.

Kan du si noe om hvordan du har utviklet deg, hvordan du var før – og hvordan du er nå?

Fenomenet:

Bruker du andre sider av deg selv når du spiller enn det du gjør vanligvis?

Ser du et samspill mellom det teatrale spillet og din egen utvikling/ vekst, - og hvordan du ser på deg selv i et her – og nå – perspektiv?

Andre mulige spørsmål:

- Opplever du på noen måte at det at du utøver ”spill” på noen måte påvirker hvordan du ser på:
 - o deg selv?
 - o livet ditt?
 - o omgivelsene dine?
 - o deg selv i verden?

– Finnes det ytre forhold som også er med på å påvirke opplevelsen av dette?

– Føler informanten at enkelte omgivelser kan forholde seg andreledes til dem, når disse omgivelsene kjenner til at informanten utøver ”spill”?

Avsluttende fase

Oppsummering:

- Er det dette jeg har hørt deg si?

Be om tilbakemelding:

- Hvordan opplevdes det å være i dette intervjuet i denne situasjonen og få disse spørsmålene?

Closure:

Planer videre med teater?

\Pågående prosjekter?

Vedlegg 2

Kontrakt mellom informant og masterstudent

Jeg skriver med dette under på at jeg er informert om, og har godkjent, at det blir foretatt lydopptak av denne intervjusamtalen under forutsetning av at disse kun skal lyttes til av masterstudenten og at båndene destrueres etter bruk. Jeg har også mottatt informasjon om at jeg har rett til å trekke meg fra studien på et hvilket som helst tidspunkt, at jeg har rett på anonymitet, samt at studiens forskningsspørsmål og retning kan endre seg i løpet av prosjektperioden.

Jeg..... skriver med dette under på at jeg forplikter meg til å behandle alt innsamlet materiale på en måte som opprettholder informantens rett til anonymitet og konfidensialitet.

Sted:

Sted:

Dato:

Dato:

Informant:

Masterstudent:

Vedlegg 3

Informasjon om masterprosjekt:

Hva gjør teatralt spill med mennesket?

Takk for at du har sagt deg villig til å delta på dette prosjektet. Jeg er svært takknemmelig for den tida du måtte sette av til å hjelpe meg med masteroppgaven min.

Navnet mitt er Hilde Guddingsmo, jeg er 29 år gammel og mastergradsstudent i rådgivning ved Pedagogisk Institutt, NTNU. I denne studien ønsker jeg å forske på *fire informanternes opplevelse av samspillforholdet mellom teatralt spill, opplevelsen av seg selv som person, og sin egen personlige vekst.*

Intervjustudien skal være fenomenologisk, og dette innebærer at jeg først og fremst er ute etter informantenes egne opplevelser, kunnskaper og erfaringer omkring et fenomen – i dette tilfellet en mulig opplevd sammenheng i eget liv. All drøfting opp mot teori, og ikke minst alle konklusjoner jeg trekker i oppgaven, skal bygge på deres beskrivelser.

Jeg kommer til å foreta lydopptak av intervjusamtalene, og kommer til å benytte en ”gammeldags”, analog båndopptaker til dette. Slik vil ingen av opptakene bli lagret digitalt, og båndene vil bli slettet like etter transkribering. Som informant skal du være sikret full anonymitet og konfidensialitet. Det vil kun bli benyttet pseudonymer i transkripsjonene, og det skal ikke være mulig å gjenkjenne deg som informant i den ferdige publiserte oppgaven – heller ikke i form av beskrevne historier etc.!

Som informant har du i henhold til prinsippet om informert samtykke på ethvert stadium i forskningsprosessen rett til å forlate studien og kreve å få utlevert ditt bidrag til denne. Den ferdige masteroppgaven vil bli gjort offentlig ved Pedagogisk Institutt NTNU, igjennom BIBSYS – systemet samt ved henvendelse til meg.

Veileder for prosjektet er førsteamanuensis Eleanor Allgood ved Pedagogisk Institutt, NTNU, tlf. og epost eleanor.allgood@svt.ntnu.no.

Studien er meldt inn hos NSD (Norsk Samfunnsvitenskapelig Datatjeneste), og jeg har mottatt alle nødvendige godkjenninger til å starte datainnsamlingen.

Med vennlig hilsen
Hilde Guddingsmo
Mastergradsstudent Rådgivning, NTNU
Tlf. 922 17520
Epost: hilduspildus@hotmail.com

Vedlegg 4

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Harald Håfjorges gate 29
N-5007 Bergen
Norway
Tel: +47-55 58 21 17
Fax: +47-55 58 96 50
nsd@nsd.uib.no
www.nsd.uib.no
Org.nr. 985 321 884

Eleanoor Allgood
Pedagogisk institutt
NTNU
Dragvoll
7491 TRONDHEIM

Vår dato: 16.10.2009

Vår ref: 22789 / 2 / LT

Deres dato:

Deres ref:

KVITTERING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 14.10.2009. Meldingen gjelder prosjektet:

22789
Behandlingsansvarlig
Daglig ansvarlig
Student

Hva kan "spill" gjøre med mennesker? ("spill" i betydningen teatralt)
NTNU, ved institusjonens øverste leder
Eleanoor Allgood
Hilde Guddingsmo

Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstiller kravene i personopplysningsloven.

Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, vedlagte prosjektvurdering - kommentarer samt personopplysningsloven/-helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, http://www.nsd.uib.no/personvern/forsk_stud/skjema.html. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://www.nsd.uib.no/personvern/prosjektoversikt.jsp>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 30.04.2010, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Bjørn Henrichsen
Knut K Skjøl

Lis Tenold

Kontaktperson: Lis Tenold tlf: 55 58 33 77

Vedlegg: Prosjektvurdering

✓ Kopi: Hilde Guddingsmo, Reppev. 118, 7054 RANHEIM